Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

ЧАСТЬ 1

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы:
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/Заочная

Санкт-Петербург 2019, 2020, 2021

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B6979C24AFC49EB8F3F888A0181C2E9D
Владелец: Соловьев Василий Борисович
Действителен: с 01.08.2023 до 24.10.2024

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра иностранных языков

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (АНГЛИЙСКИЙ)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____ **Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 10

Зав. кафедрой _____Яковлюк А.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
Ст. преподаватель кафедры иностранных языков
Ершова Ю.Н.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке РФ и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-4	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);-

	намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).	правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**104**	**52**	**52**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)		104	52	52						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, **экзамен**)		54	27	27						
Самостоятельная работа студента		58	29	29						
Общая	**часы**	**216**	108	108						

трудоемкость	**зачетные единицы**	**6**	3	3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**16**	**8**	**8**							
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)		16	8	8							
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, **экзамен**)		18	9	9							
Самостоятельная работа студента		**182**	**91**	**91**							
В том числе:											
Выполнение контрольной работы			20	20							
Общая трудоемкость	**Часы**	**216**	**108**	**108**							
	зачетные единицы	**6**	**3**	**3**							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	**About myself (О себе)**	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты, отличие английского фонетического строя от русского, гласные звуки, дифтонги, согласные звуки. 2. Грамматика: глагол «to be», оборот there is/are, порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему, Present Simple, неправильные глаголы, глагол «to have», множественное число имени существительного, неопределенный артикль a(an), Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple, определенный артикль the.Числительные. Притяжательный падеж существительного. Местоимения: личные (в именительном и объектном	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и

		падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные; Present Continuous. 3.Лексическая тема «About Myself»: • ***General information: name, age, appearance, character, family, contact information*** • ***Daily routine*** • ***Hobbies and interests. Free time activities.*** • ***My future plans*** 4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь)) 5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами ***«Meeting people»*** (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 6. Речевой этикет: понятие	речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

		речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения). • Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes. • Doubt, disbelief, surprise. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) **7. Текущий контроль № 1. Устный опрос по теме «About myself».**	
2.	**Sport in my life (Спорт в моей жизни)**	1.Фонетика. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. Словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). Future Continuous. Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие. Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). Present Perfect. Past Perfect. Future Perfect. Побудительные предложения. ВременаSimple, Continuous,Perfect (повторение). Группа времен Perfect Continuous. 3. Лексическая тема «Sport in my life»: • ***Physical education.*** • ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.***Выполнение лексических упражнений.	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение

		• ***Training.*** • ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.*** Выполнение лексических упражнений. • ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Competitions.*** • ***Athelete's career. Career problems in sport.*** 4. Диалогическая речь: • «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) • Ролевая игра. Тема «At the doctor’s» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 5. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций). 6. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 7. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

		8. Текущий контроль №2. Грамматический тест «Элементарная грамматика» **Текущий контроль №3. Устный опрос по теме «Sport in my life».**	
3.	**Saint Petersburg (Санкт-Петербург)**	1.Грамматика: группа времен Perfect Continuous. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare. 2. Лексическая тема «St. Petersburg»: • ***General information*** • ***Sightseeing*** (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания). 3. Диалогическая речь: • Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) • Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Речевой этикет. Requests. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons.Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 5. **Текущий контроль №4. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)»** **Текущий контроль №5. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».**	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в

			тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
4.	**Lesgaft University (Университет Лесгафта)**	1.Грамматика: модальные глаголы (повторение), повторение видовременной системы английского глагола (с использованием неправильных глаголов), видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: • ***Education. Student life.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Текст «Lesgaft University»*** • ***Pyotr F. Lesgaft: biography.*** • ***Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon.*** 3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. 4. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные

		командной работы) **5. Текущий контроль №6. Грамматический тест «Модальные глаголы».** **Текущий контроль №7. Устный опрос по теме «Lesgaft University».**	намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
5.	**Перевод текстов общеспортивной тематики**	1.Грамматика: Видовременная система английского глагола. 2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 3.Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 4. Перевод текста с английского языка на русский: общие	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование

		рекомендации, алгоритм работы с текстом. Перевод текстов общеспортивной тематики. • ***Organization of sport. Sports Motivation .Game-playfulness-Creativity.***Выполнение лексических упражнений. • ***Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.*** Выполнение лексических упражнений. **5.Текущий контроль №8. Грамматический тест «Страдательный залог».** **Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики».** **5. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 6. Консультация перед экзаменом.	основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
6.	**Russia (Россия)**	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II,	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и

		причастный оборот, самостоятельный причастный оборот, формы причастия I. 2.Лексическая тема «Russia». • ***Russia: general information.*** • ***Travelling. Places to visit.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Sport in Russia.*** 3.Диалогическая речь: • Диалогическая речь: ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» • Ролевая игра « At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers.Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций). **5. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia»**	иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять

			особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
7.	**Great Britain (Великобритания)**	1.Грамматика: герундий, герундиальный оборот, причастие или герундий, формы герундия. 2.Лексическая тема «Great Britain»: • ***General information***. • ***Some historical facts about Great Britain.*** • ***Daily life in Britain.*** (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press), выполнение интерактивного задания). • ***London: general information, sights.*** Показ презентации. Выполнение интерактивных заданий. • ***Customs and traditions in Great Britain.*** • ***Sports in Great Britain.*** 3. Показ презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий. 4. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) **5. Текущий контроль №2. Грамматический тест «Причастие, причастные обороты».** **Текущий контроль №3.**	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться

		Устный опрос по теме «Great Britain».	информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
8.	**The USA (США)**	1. Грамматика: инфинитив. Инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения. Инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. Формы инфинитива. 2. Лексическая тема «The USA»: • ***General information.*** • ***Tourist attractions in The USA.*** • ***Customs and traditions in The USA.*** • ***Sports in The USA.*** 3. Показ презентации: "What do you know about the USA?"Выполнение интерактивных заданий. 4. **Текущий контроль №4. Грамматический тест «Герундий».** **Текущий контроль №5. Устный опрос по теме «The USA».**	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов

			намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
9.	**Olympic Games (Олимпийские игры)**	1. Грамматика: инфинитив (повторение). Условные предложения I, II, III типа. Бессоюзные условные предложения. Согласование времен. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***A brief history.*** ***General information.*** ***The International Olympic***	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и

		Committee. ***Olympic Records.*** 3. Показ презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания. 4. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) 5.Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский. 6.Перевод текстов по специальности. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 7. **Текущий контроль №6. Грамматический тест «Инфинитив».** **Текущий контроль №7. Устный опрос по теме «Olympic Games».**	иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по

			общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
10.	**My specialization (Моя специальность)**	1. Грамматика: прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Условные предложения, согласование времен, прямая и косвенная речь (повторение). 2. Лексическая тема «My specialization»: • ***Job hunting.*** Выполнение лексических упражнений. • ***CV (Curriculum Vitae). Составление резюме.*** • ***Interview.*** (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. 3.Диалогическая речь: Ролевая игра. Тема «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4.Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций). 5.Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата,	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;-

		технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 6. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 7.Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод, реферирование и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов) 8. **Текущий контроль №8. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения».** **Текущий контроль №9. Перевод текстов по специальности «My specialization».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста. **9. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 10.Консультация перед экзаменом.	излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

1 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	ТЕМА №1 «ABOUT MYSELF» (О СЕБЕ)	
1	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. 2. Грамматика: глагол «to be», оборот there is/are, порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему, Present Simple, неправильные глаголы. 3.Лексическая тема «About Myself»: ***General information: name, age, appearance, character, family, contact information.*** 4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи	2

	(коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь))	
1	1.Фонетика: отличие английского фонетического строя от русского. 2.Грамматика: глагол «to have», множественное число имени существительного, неопределенный артикль a(an), Past Simple. 3. Лексическая тема «About Myself»: ***Daily routine.*** 4. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами ***«Meeting people»***(аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
1	1. Фонетика: гласные звуки. 2. Грамматика: оборот «to be going to», Future Simple, определенный артикль the. 3.Лексическая тема «About Myself»: ***Hobbies and interests. Free time activities.*** 4. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения). Apologies. Encouragement, sympathy, regret.Congratulations and wishes.Выполнение условно-речевых/речевых упражнений(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
1	1.Фонетика: дифтонги. 2. Грамматика: Числительные. Притяжательный падеж существительного. 3.Лексическая тема «About Myself»: ***My future plans.*** 4. Речевой этикет. Doubt, disbelief, surprise. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
1	1. **Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».** 2.Фонетика: согласные звуки. 3. Грамматика: местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные; Present Continuous.	2
	ТЕМА №2 «SPORT IN MY LIFE» (СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ)	
2	1.Фонетика. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). 3. Лексическая тема «Sport in my life»: ***Physical education.***	2
2	**1.Текущий контроль №2. Грамматический тест «Элементарная грамматика»** 2. Грамматика: Future Continuous. 3. Лексическая тема «Sport in my life»: ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.*** Выполнение лексических упражнений.	2
2	1. Грамматика: Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие.	2

	2.Лексическая тема «Sport in my life»: ***Training.***	
2	1. Грамматика: Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). PresentPerfect. 2. Лексическая тема «Sport in my life»: ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Ролевая игра. Тема «At the doctor's»(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
2	1.Грамматика: Past Perfect. 2. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 3. Лексическая тема «Sport in my life»: ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** Выполнение лексических упражнений.	2
2	1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. 2.Грамматика: Future Perfect. 3. Лексическая тема «Sport in my life»: ***Competitions.*** 4. Диалогическая речь: «At a sporting event» (мини-диалоги)(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
2	1. Фонетика: Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Побудительные предложения. Времена Simple, Continuous, Perfect (повторение) 3.Лексическая тема «Sport in my life»: ***Athelete's career. Career problems in sport.*** 4.Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
2	**1.Текущий контроль №3. Устный опрос по теме «Sport in my life»:** 2.Грамматика: группа времен Perfect Continuous. 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
	ТЕМА №3 «SAINT PETERSBURG» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)	
3	1. Грамматика: группа времен Perfect Continuous 2. Лексическая тема «St. Petersburg»: ***general information*** 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
3	1. **Текущий контроль №4. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)»** 2.Грамматика: Модальные глаголы: can (could), may (might). 3.Лексическая тема «St. Petersburg» 4. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café»(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
3	1.Грамматика: Модальные глаголы: must, have to, ought to, to be to 2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: ***Sightseeing*** (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания) 3.Речевой этикет. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых	2

	упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	
3	**1. Текущий контроль №5. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».** 2.Грамматика: Модальные глаголы: should, need, dare. 3. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
	ТЕМА №4 «LESGAFT UNIVERSITY» (УНИВЕРСИТЕТ ЛЕСГАФТА)	
4	1.Грамматика: модальные глаголы (повторение) 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: ***Education. Student life.*** Выполнение лексических упражнений.	2
4	**1.Текущий контроль №6. Грамматический тест «Модальные глаголы».** 2. Грамматика: повторение видовременной системы английского глагола (с использованием неправильных глаголов). 3. Лексическая тема***«Lesgaft University».Текст «Lesgaft University».*** 4. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
4	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2.Лексическая тема «Lesgaft University»: ***PyotrF. Lesgaft: biography.*** 3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи.	2
4	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2.Лексическая тема «Lesgaft University»: ***Future profession***. ***Coaching as a social and pedagogical phenomenon.***	2
4	**1. Текущий контроль №7. Устный опрос по теме «Lesgaft University».** 2. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.	2
	ТЕМА №5 Перевод текстов общеспортивной тематики	
5	**1. Текущий контроль №8. Грамматический тест «Страдательный залог».** 2.Грамматика: Видовременная система английского глагола. 3. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 4. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 5. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Organization of sport. Sports Motivation.Game-playfulness-Creativity.***Выполнение лексических упражнений.	2
5	1.Грамматика: Видовременная система английского глагола. 2. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***Sports nutrition.Movement. Methods of movement. Overtraining.*** Выполнение лексических упражнений.	2
5	**1. Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики».**	2

	2.Грамматика: Видовременная система английского глагола.	
5	**1. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 2. Грамматика: видовременная система английского глагола. 3. Консультация перед экзаменом.	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
2 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	ТЕМА №6 «RUSSIA» (РОССИЯ)	
6	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II. 2.Лексическая тема «Russia». ***Russia: general information.*** 3. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
6	1. Грамматика: причастный оборот. 2.Лексическая тема «Russia». ***Travelling. Places to visit.*** Выполнение лексических упражнений. 3.Диалогическая речь: Ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
6	1.Грамматика: самостоятельный причастный оборот. 2.Лексическая тема «Russia».***Sport in Russia.*** 3.Диалогическаяречь: Ролевая игра « At the hotel»(формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
6	**1. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia»** 2. Грамматика: формы причастия I.	2
	ТЕМА №7 «GREAT BRITAIN» (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ)	
7	**1.Текущий контроль №2. Грамматический тест «Причастие, причастные обороты».** 2.Лексическая тема «Great Britain»: ***General information***. ***Some historical facts about Great Britain.*** 3. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
7	1.Грамматика: герундий 2. Лексическая тема «Great Britain»: ***Daily life in Britain.*** (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания.	2
7	1.Грамматика: герундиальный оборот. 2. Лексическая тема «Great Britain»: ***London: general information, sights.*** Показ презентации. Выполнение интерактивных заданий.	2
7	1.Грамматика: причастие или герундий? 2. Лексическая тема «Great Britain»: ***Customs and traditions in Great Britain.*** 3. Показ презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий.	2
7	1. Грамматика: формы герундия. 2. Лексическая тема «Great Britain»: ***Sports in Great Britain.***	2
7	**1. Текущий контроль №3. Устный опрос по теме «Great Britain».** 2. Грамматика: герундий (повторение).	2
	ТЕМА №8 «THE USA» (США)	
8	1.**Текущий контроль №4. Грамматический тест «Герундий».**	2

	2. Лексическая тема «The USA»: ***General information.***	
8	1. Грамматика: инфинитив. 2. Лексическая тема «The USA»: ***Tourist attractions in The USA.***	2
8	1. Грамматика: Инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения. 2. Лексическая тема «The USA»: ***Customs and traditions in The USA.*** 3. Показ презентации: "What do you know about the USA?". Выполнение интерактивных заданий.	2
8	1. Грамматика: инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. 2. Лексическая тема «The USA»: ***Sports in The USA.***	2
8	**1.Текущий контроль №5. Устный опрос по теме «The USA».** 2. Грамматика: формы инфинитива.	2
	ТЕМА №9 «OLYMPIC GAMES» (ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ)	
9	1. Грамматика: инфинитив (повторение). 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***a brief history.*** 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2
9	1.**Текущий контроль №6. Грамматический тест «Инфинитив».** 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***General information.*** 3.Перевод текстов по специальности. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
9	1. Грамматика: Условные предложения I, II, III типа. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***The International Olympic Committee.*** 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
9	1. Грамматика: Условные предложения I, II, III типа (повторение), бессоюзные условные предложения. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***Olympic Records.*** 3. Показ презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания.	2
9	**1.Текущий контроль №7. Устный опрос по теме «Olympic Games».** 2. Грамматика: согласование времен.	2
	ТЕМА №10 «MY SPECIALIZATION» (МОЯ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ)	
10	1. Грамматика: прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). 2.Лексическая тема «My specialization»: ***Job hunting.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
10	1. Грамматика: условные предложения, согласование времен, прямая и косвенная речь (повторение). 2.Лексическая тема «My specialization». ***Job hunting.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2

10	1. **Текущий контроль №8. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения».** 2. Лексическая тема «My specialization». ***CV (Curriculum Vitae). Составление резюме.*** 3.Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов)	2
10	1. Лексическая тема «My specialization». ***Interview.*** (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. Диалогическая речь: Ролевая игра ««Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 2. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов)	2
10	**1. Текущий контроль №9. Перевод текстов по специальности «My specialization».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста.	2
10	**1. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 2.Консультация перед экзаменом.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

1 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	ТЕМА №1 «ABOUT MYSELF» (О СЕБЕ) **ТЕМА №2 «SPORT IN MY LIFE» (СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ)**	
1,2	1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты, отличие английского фонетического строя от русского, гласные звуки, дифтонги, согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Элементарная грамматика: глагол «to be», порядок слов в предложении, общий и специальный вопросы, глагол «to have», местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные; местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). Неопределенные местоимения и их производные. Числительные. Притяжательный падеж существительного. Множественное число имени существительного, неопределенный артикльа(an), определенный артикль the. Оборот «to be going to». Времена группы Simple, Continuous. 3.Лексическая тема «About Myself»: • ***General information: name, age, appearance, character, family, contact information.*** • ***Hobbies and interests. Free time activities.*** • ***My future plans.*** 4. Лексическая тема «Sport in my life»: • ***Physical education.*** • ***Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.*** • ***Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.***	2

	Выполнение лексических упражнений. • ***General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Competitions.*** 5. **Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».**	
	ТЕМА №3 «SAINT PETERSBURG» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)	
3	Лексическая тема «St. Petersburg» изучается самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам	-
	Лексическая тема «Lesgaft University» изучается самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам	-
	ТЕМА №4 «LESGAFT UNIVERSITY» (УНИВЕРСИТЕТ ЛЕСГАФТА) **ТЕМА №5 Перевод текстов общеспортивной тематики**	
4,5	1.Фонетика. Словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие. Времена группыPerfect, Perfect Continuous. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need. 3. Лексическая тема «Lesgaft University»: ***Текст «Lesgaft University». Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon.*** 4. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 5. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 6. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом. Перевод текстов общеспортивной тематики. • ***Organization of sport. Sports Motivation. Game-Playfulness-Creativity. Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.***Выполнение лексических упражнений. 7. **Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Lesgaft University».**	2
5	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2. **Текущий контроль №3. «Перевод текстов общеспортивной тематики».**	2
5	**1.Контрольная работа** **2.Рубежный контроль кафедры** (тестирование). 3.Консультация перед экзаменом.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

2 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
	ТЕМА №6 «RUSSIA» (РОССИЯ)	
6	Лексическая тема «Russia» изучается самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам.	-
	ТЕМА №7 «GREAT BRITAIN» (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ)	
7	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II, причастный оборот, самостоятельный причастный оборот, формы причастия I. 2.Лексическая тема «Great Britain»: • ***General information***.	2

	• ***Customs and traditions in Great Britain.*** • ***Sports in Great Britain.*** 3. Показ презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий. * 4. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs»,« At the hotel»* **5. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Great Britain».**	
	ТЕМА №8 «THE USA» (США)	
8	Лексическая тема «The USA» изучается самостоятельно по рекомендуемым учебным материалам.	-
	ТЕМА №9 «OLYMPIC GAMES» (ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ) **ТЕМА №10 «MY SPECIALIZATION» (МОЯ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ)**	
9,10	1. Грамматика: герундий, герундиальный оборот, причастие или герундий, формы герундия. Инфинитив. Инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения. Инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. Формы инфинитива. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: ***A brief history. General information.*** 3.Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов. 4. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 5. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). **6. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Olympic Games».**	2
10	**1. Текущий контроль №3. Перевод текстов по специальности «My specialization».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста. 2. Грамматика: согласование времен, прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). Условные предложения.	2
10	**1.Контрольная работа**. **2. Рубежный контроль кафедры** (тестирование). 3. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 4.Консультация перед экзаменом.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Агабекян, И.П. Английский язык для бакалавров [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / И.П. Агабекян. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 379, [3] с. : ил.
2. Борисенко, Е.Г.Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] : учебное пособие для вузов по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 408, [1] с.
3. Евстигнеева, М.В. Особенности перевода англоязычных спортивных текстов [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.В. Евстигнеева. - СПб. : [б. и.], 2015. – 175 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Иванова, О.Ф. Английский язык. Пособие для самостоятельной работы студентов (B1-C1) : учебное пособие для вузов / О.Ф. Иванова, М.М. Шиловская. - Москва : Юрайт, 2020. - 351, [1] с.
5. Романова, С.В. Английский язык (Олимпийские виды спорта) [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлениям 49.03.01 "Физическая культура" и 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / С.В. Романова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 277 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Сергеева, Л.Е. Английский язык: лексика и грамматика в текстах футбольной направленности [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Л.Е. Сергеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2016. – 172 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Английский язык для студентов университетов. Чтение, письменная практика и практика устной речи [Текст] = English ror University Students. Reading, Writing and Conversation : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" (профиль "иностранный язык") : в 2 ч. Ч. 1 / С.И. Костыгина [и др.]. - 3-е изд., испр. - Москва : Академия, 2013. - 392, [1] с. : ил.
2. Английский язык для студентов университетов. Чтение, письменная практика и практика устной речи [Текст] = English ror University Students. Reading, Writing and Conversation : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" (профиль "иностранный язык") : в 2 ч. Ч. 2 / С.И. Костыгина [и др.]. - 3-е изд., испр. - Москва : Академия, 2013. - 429, [1] с. : ил.
3. Английский язык [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 "Физическая культура", 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная ФК)", 44.03.02 "Психолого-педагогическое образование", 38.03.02 "Менеджмент" : Ч. 2. / Московская государственная академия физической культуры ; сост.: Н.А. Шнайдер, Я.И. Глембоцкая, В.В. Алешина , Х.Р. Гулюгина, С.П. Канарский, Е.В. Пахомова, В.С. Спасова ; под ред. Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. - 2-е изд., испр. и доп. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 178 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] = English for students of physical education : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Е.А. Баженова [и др.]; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья

им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 344, [1] с.
5. Баженова, Е.А. Olympic Games [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.А. Баженова, А.Ю. Гренлунд. - СПб. : [б. и.], 2011. – 286 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Даниленко, О.В. Практический курс английского языка [Электронный ресурс] = [Practical Course in English. Student's book] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 — Физическая культура / О.В. Даниленко. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2015. – 252 с. : цв. ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Закаталова, М.А. Sports games [Электронный ресурс] : учебное пособие для бакалавров / М.А. Закаталова, Л.Е. Сергеева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. – 190 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Сергеева, Л.Е. Английский язык как второй иностранный язык [Электронный ресурс] : учебное пособие для бакалавров, обучающихся по направлениям подготовки 41.03.05 – «Международные отношения», 42.03.02 – «Журналистика», 43.03.01 – «Сервис», 43.03.02 – «Туризм» : [в 2 ч.]. Ч. 1 : Грамматика / Л.Е. Сергеева. - СПб. : [б. и.], 2019. – 247 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Степанова, С.Н. Английский язык для направления "Педагогическое образование" [Текст] = English for Pedagogical Education : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлениям подготовки "Педагогическое образование" и "Психолого-педагогическое образование" / С.Н. Степанова, С.И. Хафизова, Т.А. Гревцева; под ред. С. Н. Степановой. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 222, [1] с.
10. Яковлюк, А.Н. Иностранный язык. Английский в международном общении [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 41.03.05 «Международные отношения» / А.Н. Яковлюк, М.В. Поляничко. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. - 89 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Яковлюк, А.Н. Иностранный язык. Международная коммуникация на английском [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 41.03.05 «Международные отношения» / А.Н. Яковлюк, М.В. Поляничко. - СПб. : [б. и.], 2017. – 75 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК» (АНГЛИЙСКИЙ):

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №55** (2 этаж, нежилое помещение №4) – Специализированная мебель: Учебный стол-17шт, скамья-17шт., стол письменный-1шт. Оборудование: стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор ACER X1260, Экран Screen Media Goldview, персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №71** (2 этаж, нежилое помещение №20) – Специализированная мебель: Учебный стол-10шт, скамья-11шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая.
- **Лингафонный кабинет** (2 этаж, нежилое помещение №32) – Компьютерные столы; 14 персональных компьютеров, Специализированная мебель: Компьютерные столы-15шт.; стул-34шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска интерактивная-1шт., системный блок Arsenal-15шт., монитор 17»Acer AL1716FS 5ms TFT Silver-15шт., источник бесперебойного питания PowerCom WAR-1000A-15шт., наушники с микрофоном-30шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра иностранных языков

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (НЕМЕЦКИЙ)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____ **Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 20 19 г., протокол
№ 10

Зав. кафедрой _____ **Яковлюк А.Н.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 20 19 г., протокол
№ 14

Автор-разработчик:
Доцент кафедры иностр. языков Катаева С.В.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке РФ и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-4	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее	Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем;- образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);- правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией

	представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).	профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста;- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**104**	**52**	**52**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)		104	52	52						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, **экзамен**)		54	27	27						
Самостоятельная работа студента		58	29	29						
Общая трудоемкость	**часы**	**216**	108	108						
	зачетные единицы	**6**	3	3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися	**16**	**8**	**8**							
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары, **практические занятия**, лабораторные работы)	16	8	8							
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, **экзамен**)	18	9	9							
Самостоятельная работа студента	**182**	**91**	**91**							

В том числе:											
Выполнение контрольной работы			20	20							
Общая трудоемкость	**Часы**	**216**	**108**	**108**							
	зачетные единицы	**6**	**3**	**3**							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	**Über mich und meine Sportart**	1. Фонетика: основные отличия немецкой звуковой системы от русской. Характерные особенности немецких гласных. Долгие и краткие, открытые и закрытые гласные. Напряженность немецких гласных. 2. Грамматика: порядок слов в простом предложении (повествовательном, вопросительном).Präsens сильных, слабых,вспомогательных глаголов (глаголы „haben“, „sein“, „werden“), временная форма Präteritum, образование, употребление. Отрицаниевнемецкомязыке. Определенный, неопределенный артикль существительного, отсутствие артикля. Склонение определенного и неопределенного артикля. Склонение существительных (3 типа склонения). Личные, притяжательные и указательные местоимения. 3.Лексическая тема «Über mich und meine Sportart»: • ***Hauptinformationen: Name, Geburtsdatum /Ort, Alter, Charakterzüge, Familie*** • ***Mein Arbeitstag, mein Training*** • ***Freizeitgestaltung, Hobbys.*** • ***Meine zukünftige Pläne.*** 4. Диалогическая речь.«Neben der Uni» (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)* 5. Речевой этикет. • Anrede. A: Eigenname als Kernwort. B:Anredewort als Kernwort. C: Dienstgrad oder Titel als Kernwort. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.*	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять

		6.**Текущий контроль 1. Устный опрос по теме «Über mich und meine Sportart».**	важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
2	**Leshaft-Universität**	1.Фонетика. Гласные звуки, не имеющие соответствий в русском языке - умлаут. Твердый приступ немецких гласных –Knacklaut. 2. Грамматика: Множественное число имен существительных. 5 типов образования множественного числа. Склонение существительных во множественном числе. Числительные: количественные, порядковые. Склонение порядковых числительных. Глагол. Временная форма Perfekt Aktiv. Образование (Partizip II сильных и слабых глаголов, выбор вспомогательного глагола, повторение спряжения вспомогательных глаголов в Präsens). 3. Лексическая тема «Leshaft-Universität»: • ***Das Studium an der Leshaft-Uni.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Текст «Peter FranzewitschLeshaft und die Leshaft-Universität für Körperkultur»*** • ***Lebenslauf von P.F. Leshaft*** • ***Berühmte Absolventen der Leshaft-Uni - unsere Spitzensportler.*** 4. Диалогическая речь: • «Max und Peter gehen zum Training» (мини-диалоги) (формирование навыков	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для

		диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)* • «Wie spät ist es?» (мини-диалоги). 5. Речевой этикет.A:Anfrage und Anruf. B: Gruß- und Begrüßungsformeln. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.* 6. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 7. **Текущий контроль 2. Грамматический тест «Элементарная грамматика. Präsens. Präteritum».** **Текущий контроль 3. Грамматический тест «Множественное число существительных. Местоимения - личные, указательные, притяжательные. Количественные и порядковые числительные ».** **Текущий контроль 4. Устный опрос по теме «Leshaft-Universität».**Подготовленное устное высказывание по теме. Круглый стол (тематическая дискуссия). Обсуждение рассмотренных аспектов темы.	раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
3	**Der Körperbau**	1. Фонетика: Немецкие гласные. Дифтонги. Особенности немецких согласных - отсутствие смягчения. 2.Грамматика: Вторая сложная форма прошедшего времени - Plusquamperfekt. Сходство и различие с образованием Perfekt. Употребление. 2. Лексическая тема «Der Körperbau»: • ***Die Anatomie - die Lehre vom Bau des menschlichen Körpers.*** • ***Krankheiten(Symptome), Verletzungen,Behandlung.*** 3. Диалогическая речь: • «Morgengymnastik» (мини-диалоги). • «Beim Arzt», «Was fehlt Ihnen denn?», «Knieverletzung» (аудирование, формирование навыков диалогической речи)* 4. Речевой этикет. Abschied. Abschiedsformeln für verschiedene Situationen. Аудирование	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для

		(прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.* 5.**Текущий контроль 5. Устный опрос по теме «Der Körperbau».**	выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
4	**Sankt Petersburg**	1.Фонетика: Особенности немецких согласных. Напряженность и придыхание. 2.Грамматика: возвратные глаголы. Местоимение „sich“. Глаголы с отделяемыми инеотделяемыми приставками. Модальные глаголы. Значение, особенности спряжения в Präsens, Präteritum.Имя прилагательное, склонение прилагательных, степени сравнения прилагательных и наречий. 3.Лексическая тема „Sankt Petersburg“.	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах

		• ***Die Geschichte der Stadt. Wichtige Sehenswürdigkeiten.*** • ***Petersburg - Industrie- und Kulturzentrum des Landes.*** *(Показ презентаций студентов по данной теме)*. * 4. Перевод текстов общеспортивной тематики. 5.Диалогическая речь: *„Erkundigung nach dem Weg“, „Rundfahrt durch die Stadt“(мини-диалоги, формирование навыков диалогической речи).** 6.Речевой этикет . *Bekanntschaft. Аудирование (прослушивание диалогов).* Выполнение речевых упражнений. * **7. Текущий контроль 6. Микротест «Perfekt, Plusquamperfekt».** **8.Текущий контроль 7. Устный опрос по теме «Sankt Petersburg».**	иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
5	**Die Olympischen Spiele**	1.Фонетика: правила чтения отдельных букв и буквосочетаний. Особенности ударения в немецком языке.	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта,

		2..Грамматика: Модальные глаголы, выражающие необходимость, возможность, желание выполнения действия. Местоимение „man“ в сочетании с модальными глаголами. Перевод. Выражение действия в будущем - Futurum. 3. Лексическая тема «Die Olympischen Spiele»: • ***Die Rolle der Olympischen Spiele.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Di e Olympischen Spiele in der Antike »*** • ***Die Olympischen Spiele der Neuzeit.*** • ***Attribute, Merkmale***. *4. Показ презентаций „Moderne Olympische Spiele“, „Meister der Olympischen Spiele“.* 5. Круглый стол. Дискуссия по теме „Olympische Sportarten“.* 6. Диалогическая речь: “Gastgeberland der Olympischen Spiele” (составление диалогов). 7.Реферирование текста «Die Bedeutung der Olýmpischen Spiele“. 8.**Текущий контроль 8. Микротест «Модальные глаголы. Неопределенно-личное местоимение „man“».** **9.Текущий контроль 9. «Устный опрос по теме «Die Olympischen Spiele».** **10. Текущий контроль 10. Микротест „Futurum. Степени сравнения прилагательных и наречий»**	образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.

			УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
6	**Berühmte Sportler**	1.Фонетика: фразовое ударение, паузы, интонация. 2.Грамматика: Imperativ.Образование единственного, множественного числа и вежливой формы Imperativ.Глаголы*wollen* и *lassen* для выражения побуждения. Фразеология. Устойчивые сочетания глаголов с существительными. 3. Лексическая тема «Berühmte Sportler»: • ***Тексты «Sport», «Sport in Deutschland».*** *Лексико-грамматические упражнения к текстам.* • ***Текст «Jewgenij Pljuschenko»*** • ***"Michael Ballack»*** • Чтение, перевод, аннотирование текстов общеспортивной тематики.*(Показ презентацийстудентов по данной теме)*. * 4.Диалогическая речь: « Ein Interview», «Sportkarriere von Kurt und Gabi» (составление диалогов).* 5.Речевой этикет. *Ja und Nein.A:Bejahung, Zustimmung. B:Verneinung. Widerspruch, Ablehnung.* Аудирование (прослушивание диалогов*).* Выполнение речевых упражнений. * **6. Текущий контроль 11. Микротест «Imperativ».** **Текущий контроль 12. Устный опрос по теме «Berühmte Sportler».** **7. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 8. Консультация перед экзаменом.	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с

			иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
7	**Russland**	1.Грамматика: Две залоговые формы – Aktiv, Passiv. Основные различия. Структура группы сказуемого в Passiv. Порядок слов в повествовательном, вопросительном и содержащем отрицание предложении. Спряжение глагола "*werden*", образование Partizip II от сильных и слабых глаголов, временные формы Präsens, Präteritum, Perfekt, Plusquamperfekt. Сложная временная форма Futurum (I), в составе которой инфинитив пассив. Инфинитив пассив в сочетании с модальными глаголами. Напр.: Ich kann gefragt werden. Трех-, дву- и односоставный пассив, безличный пассив, вспомогательный глагол *sein*. Infinitiv, выступающий в предложении в роли составной части сказуемого, подлежащего, дополнения, определения, обстоятельства. Правила употребления с частицей *zu* и без нее. Инфинитивные группы и обороты. Перевод. 2.Лексическая тема «Russland». • ***Russland: Geographische Lage, Natur, Bodenschätze, staatlicher und politischer Aufbau.*** • ***Russland: Geschichte, Kulturtraditionen, Sehenswürdigkeiten.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Sport in Russland.*** 3.Диалогическаяречь:	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о

		• *Eine Rundfahrt durch Moskau.*(формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)* • *Im Cafe.(*формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).* 4. Речевой этикет. Aufforderung. A: Bitte .B:Angebot. C: Einladung, Vorschlag.D: Verbot. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.* **5.Текущий контроль 1. Микротест „Passiv“** **6.Текущий контроль 2. Устный опрос по теме „Russland“**	прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
8	**Deutschland**	1.Грамматика: Infinitiv. Модальные конструкции - образование, перевод. Сложное предложение. Общая характеристика. Сложносочиненное предложение. Союзы, союзные слова, их влияние на порядок слов в предложении. Парные сочинительные союзы. Сложноподчиненное предложение. Порядок слов в придаточном предложении. Типы придаточных предложений, союзы. Бессоюзная связь. 2.Лексическаятема «Deutschland»: • ***Die deutsche Sprachgeschichte. Grundlinien deutsche rGeschichte.*** • ***Deutschland. Geographische Lage, Landschaft, Klima.*** • ***Deutschland. Staatlicher und politischer Aufbau.*** • ***Deutsche Traditionen und Sitten. Feiertage.*** Показ презентаций. Выполнение интерактивных заданий.* • ***Sport in Deutschland.*** 3.Письмо. PrivateKorrespondenz.	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать

		Postkarte,Privatbrief - Anrede, Brieftext, Grußformel.„Netikette“ für E-Mail. 4.Диалогическая речь: „*Hotelreservierung“*(формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).* „Im Hotel“ (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).* „Am Schalter“ *(мини-диалоги, формирование навыков диалогической речи).* * 5. Речевой этикет. *Gratulationen und Glückwünsche*. Аудирование. Выполнение речевых упражнений. * 6. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). **7.Текущий контроль 3. Микротест «Инфинитив. Инфинитивные группы, обороты».** **8. Текущий контроль 4. Микротест «Сложное предложение. Сложносочиненное и сложноподчиненное предложение.** **9.Текущий контроль 5. Устный опрос по теме «Deutschland».**	свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
9	**Österreich**	1.Грамматика: *Partizip I и II*. Образование. Полная и краткая форма, функции в предложении. *Partizip*IиII в составе обособленного причастного оборота. Место оборота в предложении, перевод. Распространенное определение. Признаки Р О, последовательность перевода. Частные случаи, перевод. *Konjunktiv*. Общая характеристика этого наклонения, лишь частично совпадающего по своей функциональной направленности с сослагательным наклонением русского языка. Функции и значения временных форм в самостоятельном и придаточном предложениях. Презентные формы конъюнктива, образование, перевод. Претеритальные формы,	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной

		образование, перевод. 2. Лексическаятема«Österreich»: • ***Geographische Lage, Klima, Natur.*** • ***Bodenschätze, Wirtschaft ,staatlicher Aufbau.*** • ***Österreich - das beliebteste Reiseland.*** • ***Sport in Österreich (Olympische Winterspiele) .*** 3.Презентациистудентовпотемам: "Berühmte Personen der Vergangenheit aus Österreich(Kunst, Literatur)", „Sehenswürdigkeiten von Wien“. Выполнениеинтерактивныхзаданий. * 4.Диалогическая речь:„ImWarenhaus“*(мини-диалоги, формирование навыков диалогической речи).* * 5. Речевой этикет. *Dank. Entschuldigung.* Аудирование. Выполнение речевых упражнений. * 6. Аннотирование и реферирование текстов общеспортивного содержания - „Die Bedeutung der Olympischen Spiele“, „Wintersport in Österreich“, „Die Aufgabe der Sportpresse“. **7. Текущий контроль 6. Микротест «PartizipI, II. Обособленный причастный оборот. Распространенное определение».** **8.Текущий контроль 7. Устный опрос по теме «Österreich».**	речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).
10	**Mein Sportfach**	1.Грамматика: Konjunktiv в косвенной речи, использование всех временных формдля оформления косвенной речи. Союзное и бессоюзное оформление придаточных предложений, содержащих косвенную речь. Словообразование существительных, глаголов, прилагательных. Сложное предложение, распространенное определение,	УК-4.1. Знает: - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила

		обособленный причастный оборот, конъюнктив (повторение). 2. Лексическая тема «Mein Sportfach»: • ***Stellensuche.***Выполнение лексических упражнений. • ***Bewerbunsunterlagen. Tabellarischer Lebenslauf (curriculum vitae)Составление резюме.*** 3. Письмо.DerBrief(schriftlicheBewerbung).Bestandteile, strenge Reihenfolge des Bewerbungsbriefes (Briefkopf, Anrede, Schlußformel). 4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов) **5. Текущий контроль 8. Микротест «Konjunktiv. Наиболее употребительные формы».** **Текущий контроль 9. Перевод текстов по специальности «Mein Sportfach».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста. **6. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 7.Консультация перед экзаменом.	воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;- получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту;- определять важность (ценность) информации;- излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия).

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

1 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание семинарского занятий*	*Кол-во часов*
	«Über mich und meine Sportart»	
1	1. Фонетика:Основные особенности немецкой звуковой системы. Немецкий алфавит.2. Грамматика: Главная особенность немецкого предложения – его двусоставность, т.е. обязательное наличие подлежащего и сказуемого, являющихся структурно-семантическим ядром предложения. (Ср.:*Heute ist es kalt - Сегодня холодно*). Четкое место сказуемого в простом предложении. Порядок слов в простом повествовательном, вопросительном предложении. Образование презенса от инфинитива. Система личных окончаний. Некоторые отличия в спряжении сильных и слабых глаголов презенсе. Особенности спряжения вспомогательных глаголов „haben“, „sein“, „werden“. 3.Лексическаятема «Über mich und meine Sportart»: ***Hauptinformationen: Name, Geburtsdatum /Ort, Alter, Charakterzüge, Familie*** 4. Диалогическая речь: «Neben der Uni» (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)*	2
1	1.Фонетика:четкое различие по долготе и краткости немецких гласных, это различие может иметь смыслоразличительное значение, например:*Stadt (город) - Staat (государство*), 2.Präteritum - простое прошедшее время, вторая основная форма глагола. Образуется по-разному у слабых и сильных глаголов. Система личных окончаний в Präteritum.. Отрицания **nicht** и **kein.** Различия в их употреблении, место в предложении 3.Лексическая тема«Über mich und meine Sportart»:***Mein Arbeitstag, meinTraining.***	2
1	1. Грамматика: Определенный и неопределенный артикль существительного, основные правила употребления артиклей, отсутствие артикля.Склонение имен существительных. Четыре падежа, вопросы падежей. Три типа склонения, основные признаки каждого типа.2.Лексическаятема «Über mich und meine Sportart»: ***Freizeitgestaltung, Hobbys.*** ***Meine zukünftige Pläne.*** 3. Речевойэтикет.Anrede. A: Eigenname als Kernwort. B: Anredewort als Kernwort. . Аудирование (прослушивание диалогов).	2
1	1. **Текущий контроль 1. Устныйопроспотеме «IchundmeineSportart».** 2. Фонетика: Качество немецких гласных - открытые и закрытые гласные. Большая или меньшая напряженность при произнесении закрытых и открытых гласных 3. Грамматика: местоимения: личные, притяжательные, указательные (в том числе сложные). Особенности склонения местоимений 4. Речевойэтикет: Anrede. C:Dienstgrad oder Titel als Kernwort. Выполнение речевых упражнений.	2
	«Leshaft-Universität»	
2	**1.Текущий контроль 2.Грамматический тест «Элементарная грамматика. Präsens. Präteritum».** 2.Фонетика. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке - умлаут. 3. Грамматика: Множественное число имен существительных. 5 типов образования множественного числа. Склонение существительных во множественном числе.4. Лексическая тема «Leshaft-Universität»:***Das Studium an der Leshaft-Uni.*** Выполнение лексических упражнений, освоение новой лексики.	2
2	1. Грамматика: Количественные и порядковые числительные. Образование, слитное написание. Чтение четырех- пятизначных количественных числительных. Образование порядковых числительных, суффиксы.Особые формы от *einsudrei*.Склонение порядковых числительных.3. 2.Лексическая тема «Leshaft-Universität»:*Текст* ***«PeterFranzewitsch Leshaft und die Leshaft-***	2

	Universität für Körperkultur» **.** 3. Диалогическая речь: «Max und Peter gehen zum Training» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)*	
2	**1. Текущий контроль 3. Грамматический тест «Множественное число существительных. Местоимения - личные, указательные, притяжательные. Количественные и порядковые числительные ».** 2. Грамматика: Образование Perfekt, сложной формы прошедшего времени. Выбор вспомогательного глагола, образование Partizip II. 3.Лексическая тема «Leshaft-Universität»: ***Lebenslauf von P.F. Leshaft.*** *4.*Речевой этикет. A: Anfrage und Anruf. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений. *	2
2	1.Фонетика: Твердый приступ немецких гласных - Knacklaut. 2.Грамматика: Perfekt, образование, употребление. Тренировочные упражнения с использованием лексики темы«Leshaft-Universität». 3. Лексическая тема «Leshaft-Universität»: ***Berühmte Absolventen der Leshaft-Uni - unsere Spitzensportler.*** Выполнение лексических упражнений. 4. Диалогическая речь: «Wie spät ist es?» (мини-диалоги). (формированиенавыковдиалогическойречи – выполнение интерактивных заданий)*	2
2	1. **Текущий контроль 4. Устный опрос по теме«Leshaft-Universität».**Грамматика: Perfekt. Закрепление темы. 2. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры. 3. Лексическая тема**«Leshaft-Universität».**Круглый стол (тематическая дискуссия). Обсуждение рассмотренных аспектов темы. * 4. Речевой этикет. B: Gruß- und Begrüßungsformeln. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.*	2
	«Der Körperbau»	
3	1. Фонетика: Дифтонги - слияние двух гласных в один слог. Буквосочетания**ei, ai, au, eu, äu**. 2.Грамматика: Правила образования временной формы *Plusquamperfekt.* 3. Лексическая тема «Der Körperbau» :***Die Anatomie - die Lehre vom Bau des menschlichen Körpers.*** *4.Диалогическая речь:* Morgengymnastik» (мини-диалоги). Аудирование. *	2
3	1.Грамматика: Употребление временной формы Plusquamperfekt. 2.Лексическаятема „DerKörperbau“. ***Krankheiten (Symptome), Verletzungen, Behandlung.*** *Специализированная лексика.* 3. Диалогическая речь: (мини-диалоги) «Beim Arzt», «Was fehlt Ihnen denn?»(формирование навыков диалогической речи)*. 4. Речевой этикет. Abschied. Abschiedsformeln f ür verschiedene Situationen. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.	2
3	**1.Текущий контроль 5. Устный опрос по теме «DerKörperbau».** 2.Фонетика: особенности немецких согласных. Отсутствие смягчения. Примеры. Тренировочные упражнения. 3.Грамматика: Правила образования и употребления временных форм Perfekt, *Plusquamperfekt. Повторение. Подготовка к микротесту по данной теме.* 4. Диалогическая речь:«Knieverletzung» (аудирование, формирование навыков диалогической речи).	2
	«Sankt Petersburg»	
4	**1.Текущийконтроль 6. Микротест «Perfekt, Plusquamperfekt».** 2. Фонетика. Особенности немецких согласных. Немецкие глухие согласные – напряженность и придыхание. 3.Лексическая тема „Sankt Petersburg“. ***Die Geschichte der Stadt.*** Изучение	2

	лексики по теме. Выполнение лексических упражнений.	
4	1. Грамматика: возвратные глаголы. Возвратное местоимение *sich,* порядок слов в предложении с местоимением *sich.* 2. Лексическая тема: „Sankt Petersburg“. ***Wichtige Sehenswürdigkeiten.*** 3. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 4. Речевой этикет . *Bekanntschaft. Аудирование (прослушивание диалогов).* Выполнение речевых упражнений. *	2
4	1. Грамматика: Типы склонения прилагательных. Правила образования степеней сравнения прилагательных и наречий. Исключения из правил. Примеры. 2.Лексическая тема: „Sankt Petersburg“: ***Petersburg - Industrie- und Kulturzentrum des Landes.*** ***3.***Диалогическая речь: „Rundfahrt durch die Stadt“ (аудирование, формирование навыков диалогической речи).	2
4	**1. Текущийконтроль 7. Устныйопроспотеме«DieOlympischenSpiele».** 2. Грамматика: Модальность как выражение внутреннего отношения субъекта предложения к событию илифакту. Особенности спряжения модальных глаголов в Präsens и Präteritum**.**Место отрицания *nicht* в предложении с составным глагольным сказуемым. 3. Перевод текстов общеспортивной тематики.	2
	«Die Olympischen Spiele»	
5	1. Фонетика:Правила чтения отдельных букв и буквосочетаний (h, ch,sh, chs, s) 2.Грамматика: Совпадение по основному значению, различие в оттенках значения парглаголов: *sollen-müssen, können – dürfen*. Общие особенности спряжения в Präsens и Präteritum 3. Лексическая тема*: «Die Olympischen Spiele»***. *Die Rolle der Olympischen Spiele.*** Изучение лексики по теме. Выполнение лексических упражнений.	2
5	1. Фонетика: Правила чтения отдельных букв и буквосочетаний (sch, tsch, ck, ph, th). 2. Грамматика: Модальные глаголы „wollen“, “mögen”. Неопределенно-личное местоимение „man“. Выражение действия в будущем - Futurum. 3. Лексическая тема: ***«Die Olympischen Spiele». Die Olympischen Spiele in der Antike.*** 4. Диалогическая речь: “Gastgeberland der Olympischen Spiele” (составление диалогов).	2
5	**1.Текущий контроль 8 . Микротест «Модальные глаголы. Неопределенно-личное местоимение „man“ ».** 2.Грамматика: подготовка к микротесту по грамматике.**„**Futurum. Степени сравнения прилагательных. 3. Лексическая тема: «*Die Olympischen Spiele*». ***Die Olympischen Spiele der Neuzeit.*** 4. Реферирование текста „Die Bedeutung der Olympischen Spiele“.	2
5	**1.Текущий контроль 9.Микротест „Futurum. Степени сравнения прилагательных и наречий».** 2. Фонетика: Правила чтения отдельных букв и буквосочетаний (j, v, x, y).Суффиксы“-tion”,“-ion”“-ig”. 3.Лексическая тема: «*Die Olympischen Spiele*». ***Attribute, Merkmale***. 4. Показ презентаций *„Moderne Olympische Spiele“, „Meister der Olympischen Spiele“.* *	2
5	**1.Текущий контроль 10. Устный опрос по теме „ Die Olympischen Spiele “ .** 2. Фонетика:Особенности ударения в немецком языке. Ударение в сложных словах, в словах с отделяемыми и неотделяемыми приставками. 3.Перевод текстов общеспортивной тематики. 4.Круглый стол. Дискуссия по теме „Olympische Sportarten“.*	2
	«BerühmteSportler»	

6	1.Фонетика: фразовое ударение, паузы, интонации. Фразовое ударение в придаточном предложении. Примеры. 2.Грамматика:Imperativ. Imperativ ед. числа - разница в образовании некоторых сильных и слабых глаголов. Образование множественного числа и вежливой формы Imperativ. Порядок слов в предложении с данной формой. 3.Лексическая тема „Berühmte Sportler“. Тексты ***«Sport», «Sport in Deutschland».*** Лексико-грамматические упражнения к текстам. 4. Речевой этикет. *Ja und Nein. A: Bejahung, Zustimmung.* Аудирование (прослушивание диалогов*).* Выполнение речевых упражнений*.	2
6	1.Фонетика: пауза, недопустимость паузы внутри синтаксической группы. Большая длительность паузы в конце предложения. Два основных мелодических типа, характерных для немецкого предложения: с понижением или повышением тона на последнем ударном слоге. Примеры, упражнения. . 2.Грамматика: Imperativ. Использование глаголов *wollen* и *lassen* для выражения побуждения. Imperativ от возвратных глаголов. 3.Лексическая тема „BerühmteSportler“.Текст ***«Jewgenij Pljuschenko».*** 4.Диалогическая речь: « Ein Interview». (составление диалогов). *	2
6	1.Грамматика: повторение темы Imperativ, подготовка к микротесту. Фразеология. Устойчивые сочетания глаголов с существительными. 2. Лексическая тема „Berühmte Sportler“.***“Michael Ballack»*** 3. Чтение, перевод, аннотирование текстов общеспортивной тематики. *(Показ презентаций студентов по данной теме)***.** 4. Речевой этикет.*B: Verneinung. Widerspruch, Ablehnung.* Аудирование (прослушивание диалогов*).* Выполнение речевых упражнений. 5.Диалогическая речь. «Sportkarriere von Kurt und Gabi» (составление диалогов).	2
6	**1.Текущий контроль 11. Микротест «**Imperativ***».*** ***2.***Чтение, перевод, аннотирование текстов общеспортивной тематики. *(Показ презентаций студентов по данной теме)***.** * 3. **Текущий контроль 12. Устный опрос по теме «Berühmte Sportler».**	2
6	**1.Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 2.Чтение, перевод, аннотирование текстов общеспортивной тематики. 3. Консультация перед экзаменом.	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
2 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
	«RUSSLAND»	
7	1. Грамматика: Две залоговые формы – Aktiv, Passiv. Основные различия. Структура группы сказуемого в Passiv. Порядок слов в повествовательном, вопросительном и содержащем отрицание предложении. Спряжение глагола “*werden*”, образование PartizipII от сильных и слабых глаголов, временные формы Präsens, Präteritum, Perfekt, Plusquamperfekt. 2.Лексическая тема «Russland». ***Geographische Lage, Natur, Bodenschätze.*** 3. Речевой этикет.*Aufforderung. A: Bitte. B: Angebot*. Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.*	2
7	1. Грамматика: Сложная временная форма Futurum(I), в составе которой инфинитив пассив, употребляющийся в сочетании с модальными глаголами - *Ich kann gefragt werden.*	2

	2. Лексическая тема «Russland».***Staatlicher und politischer Aufbau.***Перевод текста. Выполнение лексических упражнений. 3.Диалогическая речь:*„Eine Rundfahrt durch Moskau“*(формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)* 4.Речевойэтикет. *Aufforderung. C: Einladung, Vorschlag. D: Verbot.*Аудирование (прослушивание диалогов). Выполнение речевых упражнений.*	
7	1.Грамматика: Трехсоставный, двусоставный, односоставный пассив Безличный пассив, формальное подлежащее *es*, вспомогательный глагол *sein*. 2.Лексическая тема «Russland». ***Geschichte.*** 3.Диалогическая речь: *Im Caf*e(формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).*	2
7	**1.Текущий контроль 1. Микротест. «Пассив»** 2. Лексическаятема «Russland». ***Kulturtraditionen, Sehenswürdigkeiten.*** 3. Диалогическая речь: Im Restaurant (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).*	2
7	1. Грамматика: неличная форма глагола -Infinitiv. Роль инфинитива в предложении. Правила употребления инфинитива с частицей zu и без частицыzu. Перевод. 2. Лексическая тема «Russland“. ***Sport in Russland.***	2
7	**1.Текущий контроль 2.Устный опрос по теме „Russland“.** 2. Грамматика: Инфинитивные группы и обороты. 3. Работа с текстом спортивной тематики. „Über die Beweglichkeit“. Речевые упражнения по тексту.	2
	«Deutschland»	
8	**1.Текущий контроль 3. Микротест:«Инфинитив (с *zu* и без *zu*). Инфинитивныегруппы, обороты».** 2. Лексическаятема «Deutschland»:***GrundliniendeutscherGeschichte.*** 3.Речевойэтикет. *Gratulationen und Glückwünsche*. Аудирование. Выполнение речевых упражнений. *	2
8	1.Грамматика: Сложное предложение. Общая характеристика. Сложносочиненное предложение. Союзы, союзные слова, их влияние на порядок слов в предложении. Парные сочинительные союзы. 2. Лексическаятема «Deutschland»: **Geographische Lage, Landschaft, Klima.** 3. Диалогическая речь: *„Hotelreservierung“ (*формирование навыков диалогической речи - выполнение интерактивных заданий). *	2
8	1. Грамматика: сложноподчиненное предложение. Порядок слов в придаточном предложении.Расположение главного и придаточного предложений относительно друг друга. Последовательность перевода придаточных предложений. 2. Лексическая тема «Deutschland»: ***Staatlicher und politischer Aufbau.*** 3. Диалогическая речь: „*Im Hotel*“ (формирование навыков диалогической речи - выполнение интерактивных заданий). *	2
8	1.Грамматика: Придаточные предложения дополнительные - союзы и союзные слова. Придаточные предложения времени, союзы, их выбор. Влияние на выбор союза одновременности и неодновременности действий в главном и придаточном предложении, а также однократности или многократности действий. 2. Лексическая тема «Deutschland »:***Deutsche Traditionen und Sitten.***Показ презентаций - выполнение интерактивных заданий.*	2
8	1. Грамматика: Придаточные предложения условия и определительные. Бессоюзные условные придаточные предложения, особый порядок слов таких предложений. Относительные местоимения, вводящие придаточные определительные, их склонение. 2. Лексическая тема «Deutschland»: ***Feiertage.*** Показ презентаций. Выполнение интерактивных заданий. *	2
8	1. Грамматика: Общая характеристика придаточных предложений причины и цели, союзы. Многозначность слов *da* и *damit,* перевод. 2. Лексическая тема «Deutschland»: ***Sport in Deutschland.***	2

8	**1.Текущий контроль 4. Устный опрос по теме «Deutschland».** 2. Грамматика: Придаточные предложения уступительные - союзные и, реже, бессоюзные. Придаточные предложения образа действия, союзы. Перевод. 3. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
8	**1. Текущий контроль 5. Микротест «Сложносочиненное и сложноподчиненное предложение** 2.Диалогическая речь: „Am Schalter“ (мини-диалоги, формирование навыков диалогической речи).*	2
	«Österreich»	
9	1. Грамматическая тема: Partizip I и II. Образование. Полная и краткая форма, функции в предложении, перевод. 2. Лексическая тема «Österreich»: ***Geographische Lage, Klima, Natur.*** 3.Речевой этикет. *Dank. Entschuldigung.* Аудирование. Выполнение речевых упражнений. *	2
9	1. Грамматика: PartizipIиII в составе обособленного причастного оборота. Место оборота в предложении, перевод. Различия в переводе оборотов с причастием I и II . 2. Лексическаятема«Österreich»: ***Bodenschätze, Wirtschaft, staatlicher Aufbau.*** 3. Аннотирование и реферирование текстов общеспортивного содержания «Die Aufgabe der Sportpresse».	2
9	1. Грамматика: распространенное определение, согласованное определение, выраженное PartizipIиII с поясняющими словами. Место РО в предложении, схема группы существительного с РО. Признаки РО. Последовательность перевода. 2. Лексическая тема «Österreich»: ***Österreich - das beliebteste Reiseland.*** 3. Презентации студентов по темам: "Berühmte Personen der Vergangenheit aus Österreich (Kunst, Literatur)". Выполнение интерактивных заданий.*	2
9	**1. Текущий контроль 6. Микротест «PartizipI, II. Обособленный причастныйоборот. РО.»** 2. Лексическаятема«Österreich»: ***Sport in Österreich*** 3. Аннотирование и реферирование текстов общеспортивного содержания. «Die Bedeutung der Olympischen Spiele».	2
9	1. Грамматика: Konjunktiv. Общая характеристика конъюнктива как специфически немецкого грамматического явления, которое по своей функциональной направленности лишь частично совпадает с сослагательным наклонением русского языка. В связи с особенностями употребления временные формы Konjunktiv подразделяются на 2 группы: презентную и претеритальную. 2. Лексическая тема: «*Österreich*». Аннотирование и реферирование текстов общеспортивного содержания - „*Wintersport in Österreich*“. 3.Диалогическая речь*: Im Warenhaus* (мини-диалоги, формирование навыков диалогической речи). *	2
9	1.Грамматика: KonjunktivI - презентные формы. Образование и основные случаи употребления презентных форм. В самостоятельном употреблении - толькоPräsens. Все презентные формы встречаются в некоторых типах придаточных, часто в косвенной речи. Особенности перевода. 2. Лексическая тема: «*Österreich*». ***Olympische Winterspiele .*** 3.Презентации студентов по темам «*Sehenswürdigkeiten von Wien, Salzburg, Innsbruck*».	2
9	**1.Текущий контроль 7. Устный опрос по теме «Österreich».** 2. Грамматика: KonjunktivII - в самостоятельном употреблении и в составе сложноподчиненного предложения. Основная функция - выражение нереальной возможности. KonditionalisI, II. Образование, перевод.	2
	«MEIN SPORTFACH»	
10	1. Грамматика: Konjunktiv в косвенной речи, использование всех временных форм для оформления косвенной речи, особенности их употребления. Перевод всегда изъявительным наклонением. Особенности союзного и	2

	бессоюзного оформления придаточных предложений, содержащих косвенную речь. Примеры. 2.Лексическая тема: «Mein Sportfach»: ***Stellensuche.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	
10	1. Грамматика: сложное предложение, обособленный оборот, распространенное определение, конъюнктив (повторение). 2.Лексическаятема: «*Mein Sportfach*»: ***Stellensuche.*** Выполнение лексических упражнений. 3. Письмо. Der Brief (schriftliche Bewerbung). Bestandteile, strenge Reihenfolge des Bewerbungsbriefes (Briefkopf, Anrede, Schlußformel).	2
10	1. **Текущий контроль 8. Микротест «KonjunktivI,II, конъюнктив в косвенной речи».** 2. Лексическая тема: «*Mein Sportfach*»: ***Bewerbungsunterlagen. Tabellarischer Lebenslauf (curriculum vitae) . Составление резюме.*** 3. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов)	2
10	**1.Текущий контроль 9. Перевод текстов по специальности «Mein Sportfach».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста.	2
10	**1. Рубежный контроль кафедры (РК-1)** 2.Консультация перед экзаменом.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

1 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий* ***СЕМИНАРСКОГО ТИПА***	*Кол-во часов*
	«ÜBER MICH UND MEINE SPORTART »	
1	1.Фонетика: основные особенности немецкой звуковой системы. Гласные - долгие и краткие, открытые и закрытые,умлаут, твердый приступ гласных, дифтонги. 2. Грамматика:Элементарная грамматика: порядок слов в простом предложении (повествовательном, вопросительном).Präsens сильных, слабых, вспомогательных глаголов (глаголы „haben“, „sein“, „werden“), временная форма Präteritum, образование, употребление. Отрицание в немецком языке. Определенный, неопределенный артикль существительного, отсутствие артикля. Склонение определенного и неопределенного артикля. Склонение существительных (3 типа склонения). Личные, притяжательные и указательные местоимения. Множественное число имен существительных. 5 типов образования множественного числа. Склонение существительных во множественном числе. 3.Лексическая тема «Über mich und meine Sportart»: • ***Hauptinformationen: Name, Geburtsdatum /Ort, Alter, Charakterzüge, Familie*** • ***Mein Arbeitstag, mein Training*** • ***Freizeitgestaltung, Hobbys.*** • ***Meine zukünftige Pläne.*** 4. Диалогическая речь: «*Neben der Uni*» (формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий)*	1
	«Leshaft-Universität»	
2	1. **Текущий контроль 1. Устный опрос по теме «Über mich und meine Sportart».**	1

	2.Фонетика. Особенности немецких согласных - отсутствие смягчения, особенности глухих согласных - напряженность и придыхание. Правила чтения отдельных букв и буквосочетаний. 3. Грамматика: Числительные: количественные, порядковые. Склонение порядковых числительных. Глагол. Временная форма Perfekt Aktiv. Образование (PartizipII сильных и слабых глаголов, выбор вспомогательного глагола, повторение спряжения вспомогательных глаголов в Präsens). Вторая сложная форма прошедшего времени - Plusquamperfekt. Сходство и различие с образованием Perfekt. Употребление.Возвратные глаголы. Местоимение „sich“. Глаголы с отделяемыми и неотделяемыми приставками. Модальные глаголы. Значение, особенности спряжения в Präsens, Präteritum. Имя прилагательное, склонение прилагательных, степени сравнения прилагательных и наречий. 4. Лексическая тема «*Leshaft-Universität*»: *Текст* ***«Peter Franzewitsch Leshaft und die Leshaft-Universität».*** ***Das Studium an der Leshaft-Uni.*** Выполнение лексических упражнений. 5. Диалогическая речь: «*Max und Peter gehen zum Training*», (составление диалогов). 6. Фразеология. Устойчивые сочетания глаголов с существительными.	
	«Sankt Petersburg»	
3	**1. Текущий контроль 2. Устный опрос по теме «Leshaft-Universität».** 2.Фонетика. Особенности ударения в немецком языке. Фразовое ударение, пауза, интонация. Два основных мелодических типа - с понижением и повышением тона на последнем ударном слоге. 3.Грамматика: Модальныеглаголы, выражающие необходимость, возможность, желание выполнения действия. Местоимение „man“ в сочетании с модальными глаголами. Перевод. Выражение действия в будущем - Futurum. 4. Лексическая тема «Sankt Petersburg»: • ***Die Geschichte der Stadt .Wichtige Sehenswürdigkeiten.*** • ***Petersburg - Industrie- und Kulturzentrum des Landes.*** 5. Диалогическая речь: «*Erkundigung nach dem Weg*» (мини-диалоги). Диалогическая речь: «*Rundfahrt durch die Stadt*», «*Wie spät ist es»*(аудирование, формирование навыков диалогической речи)*	2
	«DIE OPYMPISCHEN SPIELE», « BERÜHMTE SPORTLER»	
5,6	**1. Текущий контроль 3. Устный опрос по теме «Sankt Petersburg ».** 2. Грамматика: Imperativ. Образование единственного, множественного числа и вежливой формы Imperativ. Глаголы *wollen* и *lassen* для выражения побуждения.3. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 4. Лексическая тема: „Die Olympischen Spiele“. Тексты «***Die Olympischen Spiele der Neuzeit. Attribute, Merkmale***». «***Die Bedeutung der Olympischen Spiele***». Перевод текстов общеспортивной тематики. ***„Sport ist mein Leben.“*** Выполнение лексических упражнений. 5. Лексическая тема: «Berühmte Sportler»: ***Текст «Jewgenij Pljuschenko»***	2
6	**1. Контрольная работа** (по пройденным грамматическим темам). **2. Рубежный контроль кафедры** (тестирование) 3. Лексическая тема: «Berühmte Sportler ». ***Michael Ballack*** 4. Перевод текстов общеспортивной тематики. ***„Sport in Deutschland“. „Meine Lieblingssportarten“. „Sportplatzbau“.*** 5. Консультация перед экзаменом.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
2 СЕМЕСТР

№ темы	*Содержание занятий* ***СЕМИНАРСКОГО ТИПА***	*Кол-во часов*
	«RUSSLAND»	
7	1. Грамматика: Две залоговые формы – Aktiv, Passiv. Основные различия. Структура группы сказуемого в Passiv. Спряжение глагола “*werden*“. Временные формы Präsens, Präteritum, Perfekt, Plusquamperfekt. Сложная временная форма Futurum(I), в составе которой инфинитив пассив. Инфинитив пассив в сочетании с модальными глаголами. Трех-, дву- и односоставный пассив, безличный пассив, вспомогательный глагол *sein*. Infinitiv, выступающий в предложении вразличных функциях. Правила употребления с частицей *zu* и без нее. Инфинитивные группы и обороты. Перевод. Infinitiv -модальные конструкции. Образование, перевод. 2.Лексическая тема «*Russland*»: • ***Russland: Geographische Lage, Natur, Bodenschätze, staatlicher und politischer Aufbau.*** • ***Russland: Geschichte, Kulturtraditionen, Sehenswürdigkeiten.*** Выполнение лексических упражнений. • ***Sport in Russland.*** 3. Диалогическаяречь: “Eine Rundfahrt durch Moskau”. „ Im Cafe“(формирование навыков диалогической речи – выполнение интерактивных заданий).*	1
	«DEUTSCHLAND»	
8	**1. Текущий контроль 1. Устный опрос по теме «Russland».** 2. Грамматика:Сложное предложение. Общая характеристика. Сложносочиненное предложение. Союзы, союзные слова, их влияние на порядок слов в предложении. Парные сочинительные союзы. Сложноподчиненное предложение. Порядок слов в придаточном предложении. Типы придаточных предложений, союзы. Бессоюзная связь. 3. Лексическая тема «*Deutschland*»: • ***Deutschland. Geographische Lage, Landschaft, Klima, staatlicher Aufbau.*** • ***Deutsche Traditionen und Sitten. Feiertage.*** Показ презентаций. Выполнение интерактивных заданий.* • ***Sport in Deutschland.*** 4. „Im Hotel“. „Am Schalter“.(мини-диалоги, выполнение интерактивных заданий).*	1
	«Österreich», «MEIN SPORTFACH»	
9,10	**1. Текущийконтроль 2. Устныйопроспотеме «Deutschland».** **2.** Грамматика:1.Грамматика: *Partizip I и II*. Образование. Полная и краткая форма, функции в предложении. *Partizip*I и II в составе обособленного причастного оборота. Место оборота в предложении, перевод. Распространенное определение. Признаки Р О, последовательность перевода. Частные случаи, перевод. 3.Лексическаятема «Mein Sportfach»:***Stellensuche.*** Выполнение лексических упражнений. 4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	2
10	**1. Текущий контроль 3. Перевод текстов по специальности «MeinSportfach».** Перевод аутентичного текста со словарем, краткий пересказ содержания текста. 2. Грамматика:*Konjunktiv* . Общая характеристика наклонения. Функции и значения временных форм в самостоятельном и придаточном предложениях. Презентные и претеритальные конъюнктива, образование, перевод. Konjunktiv в косвенной речи, использование всех временных форм для оформления косвенной речи. Союзное и бессоюзное оформление придаточных предложений, содержащих косвенную речь. 3. Лексическая тема «*Mein Sportfach*»: ***Bewerbungsunterlagen. Tabellarischer Lebenslauf. Составление резюме.***	2

	4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).	
10	**1.Контрольная работа** (по пройденным грамматическим темам). **2.Рубежный контроль кафедры** (тестирование). 3. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 4.Консультация перед экзаменом.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Беляева, Н.И. Виды спорта: история развития и особенности тренировки [Электронный ресурс] = Sportarten: geschichtliche entwicklung und besonderheiten des trainings : учебное пособие / Н.И. Беляева. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 130 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Беляева, Н.И. Деловой немецкий [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.И. Беляева. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 176 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Катаева, С.В. Иностранный язык: практическая грамматика немецкого языка (существительное, прилагательное, местоимение, наречие) [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Катаева, А.Н. Яковлюк. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 110 с.. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Катаева, С.В. Иностранный язык: практическая грамматика немецкого языка (глагольная морфология) [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Катаева, А.Н. Яковлюк. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. -130 с.. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Миляева, Н. Н. Немецкий язык. Deutsch (A1—A2) : учебник и практикум для вузов / Н. Н. Миляева, Н. В. Кукина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 352 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08120-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450090

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Винтайкина, Р. В. Немецкий язык (B1) : учебное пособие для вузов / Р. В. Винтайкина, Н. Н. Новикова, Н. Н. Саклакова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 377 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07759-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451016
2. Катаева, С.В. Иностранный язык: курс фонетики немецкого языка [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Катаева, А.Н. Яковлюк. - СПб. : [б. и.], 2014. – 51 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Миляева, Н.Н. Немецкий язык. Deutsch [Текст] : учебник для бакалавров по направлениям квалификации 080200 "Менеджмент", 080100 "Экономика" / Н.Н. Миляева, Н.В. Кукина; Государственный университет управления, Москва ; под ред. А. Ф. Зиновьевой. - Москва : Юрайт, 2014. - 347, [1] с. : ил.
4. Кравченко, А.П. Немецкий язык для бакалавров [Текст] : учебник для студентов вузов (бакалавриат) / А.П. Кравченко. - Ростов н/Д : Феникс, 2013. - 413 с.
5. Разумова, Н.В. Немецкий язык: контрольные задания для студентов 1 курса всех направлений подготовки бакалавриата и специальностей : учебное пособие / Н.В. Разумова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 69 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3968-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276763
6. Смирнова, Т. Н. Немецкий язык. Deutsch mit lust und liebe. Интенсивный курс для начинающих : учебное пособие для вузов / Т. Н. Смирнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 312 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00833-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452360
7. Смирнова, Т. Н. Немецкий язык. Deutsch mit lust und liebe. Продвинутый уровень : учебник и практикум для вузов / Т. Н. Смирнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-

02468-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451666

8. Точилина, Ю.Н. Немецкий язык : учебное пособие / Ю.Н. Точилина, Н.С. Годжаева, М.С. Лымарева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2015. - Ч. 1. Устные разговорные темы. - 356 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1804-9. - ISBN 978-5-8353-1805-6 (ч. 1) ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481638
9. Точилина, Ю.Н. Немецкий язык : учебное пособие / Ю.Н. Точилина, М.С. Лымарева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2015. - Ч. 2. Основы профессиональной устной речи. - 275 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1804-9. - ISBN 978-5-8353-1808-7 (ч. 2) ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481639
10. Точилина, Ю.Н. Немецкий язык : учебное пособие / Ю.Н. Точилина, Н.С. Годжаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2015. - Ч. 3. СМИ и их роль в жизни современного общества. Перевод, реферирование и аннотирование общественно-политических и профориентированных текстов. - 160 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1804-9. - ISBN 978-5-8353-1812-4 (ч. 3) ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481640

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК» (НЕМЕЦКИЙ):

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №55** (2 этаж, нежилое помещение №4) – Специализированная мебель: Учебный стол-17шт, скамья-17шт., стол письменный-1шт. Оборудование: стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор ACER X1260, Экран Screen Media Goldview, персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №71** (2 этаж, нежилое помещение №20) – Специализированная мебель: Учебный стол-10шт, скамья-11шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая.
- **Лингафонный кабинет** (2 этаж, нежилое помещение №32) – Компьютерные столы; 14 персональных компьютеров, Специализированная мебель: Компьютерные столы-15шт.; стул-34шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска интерактивная-1шт., системный блок Arsenal-15шт., монитор 17»Acer AL1716FS 5ms TFT Silver-15шт., источник бесперебойного питания PowerCom WAR-1000A-15шт., наушники с микрофоном-30шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ИСТОРИЯ

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____ Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г.,
протокол № 11

Зав.кафедрой _____ Пыж В.В.

Рекомендована решением Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г.,
протокол № 14

Автор-разработчик:
Доцент, к.и.н., доцент Кислицына И.Л.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Межкультурное взаимодействие	УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-5	**УК-5.1. Знает:** - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе. **УК-5.2. Умеет:** - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;	**Знания:** - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. **Умения:** - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного

	- осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. УК-5.3. Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.	участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36		36						
В том числе:										
Занятия лекционного типа		16		16						
Занятия семинарского типа (семинары)		20		20						
Промежуточная аттестация (экзамен)		27		27						
Самостоятельная работа студента		45		45						
Общая трудоемкость	**Часы**	108		108						
	зачетные единицы	3		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10	10								
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6	6								
Занятия семинарского типа (семинары)		4	4								
Промежуточная аттестация (экзамен)		9	9								
Самостоятельная работа студента		89	89								
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		10	10								
Общая трудоемкость	**часы**	108	108								
	зачетные единицы	3	3								

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Древнейший период в истории человечества, формирование человеческого общества, возникновение и развитие первых государственных образований на территории нашей страны. Древнерусское общество и государство, русские земли в период раздробленности.	История как наука: объект, предмет, методология исторической науки, исторические источники и основные направления историографии, основные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории. Основные этапы и закономерности исторического развития общества. Периодизация истории первобытного общества, особенности развития первобытных обществ, культур на территории нашей страны. Хозяйство, общественное устройство и культура восточных славян в древности. Норманнская теория возникновения Древнерусского государства и ее научная критика. Закономерности и особенности процесса образования государственности у восточных славян. Язычество восточных славян. Распространение христианства, крещение Руси и его историческое значение. Социально-экономическая основа и сущность Древнерусского государства. этапы его эволюции. Борьба Древней Руси с кочевыми народами. Отношения с Византией и западноевропейские связи Древней Руси. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные княжества. Развитие хозяйства, социальных отношений и культуры русских земель в период раздробленности. Стилистическое многообразие культуры Руси в период раздробленности, завершение формирования древнерусской народности. Монголо-татарское нашествие и иго на Руси, борьба русского народа против западноевропейских феодалов в XIII в. и ее историческое значение. Роль в историческом развитии древнерусского общества и	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории. Умения: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, общественных процессов.

		государства выдающихся деятелей отечественной истории. Роль и место Древней Руси во всемирном историческом процессе.	
2.	Образование и развитие Российского централизованного государства (XIV – XVII вв.).	Закономерности и особенности процесса образования единого Российского государства вокруг Москвы, борьба за освобождение русских земель от ордынской зависимости, борьба с западными противниками, этапы объединения русских земель в единое государство. Закономерности процесса развития феодальной собственности на землю и феодальных отношений и его особенности в процессе образования и развития Российского централизованного государства, формирование поместной системы. Роль выдающихся деятелей отечественной истории в период объединения русских земель вокруг Москвы. Историческое значение образования единого Российского государства и его роль и место во всемирном историческом процессе. Формирование системы крепостного права в России: его закономерности и особенности в эволюции российского общества; борьба народа против феодальной эксплуатации и закрепощения. Образование и развитие институтов сословно-представительной монархии в процессе эволюции Российского государства, изменение положения церкви в государстве. Закономерности и особенности развития русской культуры в период образования и развития единого Российского государства, зарождение светской культуры. Этапы развития внешней политики Московского государства.	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. Умения: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий.

			Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, общественных процессов.
3.	Формирование абсолютизма в России, развитие Российской империи в XVIII – начало XIX вв.	Закономерности возникновения абсолютизма и его особенности в России. Этапы развития российского абсолютизма. Сущность, содержание и историческое значение Петровских преобразований, завершение утверждения абсолютизма, формирования сословной структуры общества, культурные изменения. Эволюция сословного строя и государственной власти в период дворцовых переворотов. Сущность политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II, ее содержание и значение; ужесточение системы крепостного права и социальная борьба народа, выдвижение в конце XVIII в. крестьянского вопроса как главного в общественном развитии страны. Возникновение капиталистического уклада в российской экономике; развитие русской культуры, общественной мысли. Идеология Просвещения и ее особенности в России. Решение основных задач внешней политики Российского абсолютизма. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в., зарождение и развитие освободительного движения в России. Основные течения общественного движения в России первой половины – середины XIX в. Главные задачи и направления внешней политики России в первой половине – середине XIX в. Причины и сущность «Великих реформ» 1860-1870-х гг., утверждение капитализма в России, начало модернизации ее социально-экономической и общественно-политической системы. Аграрный вопрос как главный вопросом общественного развития пореформенной России. Развитие системы образования, науки, художественной культуры. Основные направления внешней политики России во второй	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. Умения: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;

		половине XIX в. Роль в развитии России выдающихся деятелей отечественной истории XVIII – XIX вв. Роль и место Российской империи во всемирном историческом процессе.	Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.
4.	Развитие России в XX – начале XXI в.	Закономерности, особенности и основные противоречия социально-экономического, общественно-политического и культурного развития России начала XX в., роль и место страны в системе международных отношений того времени. Проблема роли насилия и ненасилия в истории: революционный процесс и его реформаторская альтернатива. Первая русская революция и ее историческое значение, реформы 1906 – 1913 гг. Первая мировая война и участие в ней России. Причины, задачи и движущие силы революции 1917 г., Гражданская война в России: ее причины, движущие силы, этапы и последствия, формирование советской политической и экономической системы, модернизация экономики, развитие общества в условиях формирования советской тоталитарной системы, задачи внешней политики советского государства в 1920-1930-е гг. и пути их решения. Вторая мировая и Великая Отечественная война как важнейшая часть Второй мировой войны, историческое значение Победы советского народа над фашизмом; восстановление экономики, эволюция советской тоталитарной системы в послевоенный период, возникновение мировой системы социализма, начало «холодной войны». Попытки реформирования тоталитарной системы в СССР в 1953-1985 гг., особенности развития духовной культуры, диссидентское движение в СССР, его роль и значение. Закономерности и особенности развития международных отношений в условиях «холодной войны», формирование системы коллективной безопасности после	Знания: - закономерностей и особенностей развития исторического процесса, его движущих сил, роли человека в нем; - основных исторических форм взаимодействия человека и общества, политических концепций; - различных подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основных этапов и важнейших событий истории России; - роли в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - роли и места российской цивилизации во всемирном историческом процессе. Умения: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные

		Карибского кризиса, периоды разрядки и усиления напряженности в международных отношениях. «Перестройка» в СССР как следствие нарастания противоречий советской системы, «новое политическое мышление». Распад СССР, его причины и последствия. Образование и развитие новой Российской Федерации. Формирование новой общественно-политической и социально-экономической системы, закономерности и особенности ее развития в конце XX - начале XXI в. Роль в развитии России выдающихся деятелей отечественной истории. Изменение в общественном развитии на современном этапе роли личности в историческом процессе, культурном развитии. Основные задачи современного развития нашей страны, место России в системе международных отношений. Роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. Навыки: - имеет опыт анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция № 1. Историческая наука и ее значение в развитии общества, формировании личности. Проблема возникновения человека и общества в современной науке, закономерности и особенности развития исторического процесса. Развитие первобытного общества и древнейшие государства на территории нашей страны. Объект, предмет, методология исторической науки, принципы исторического исследования. Понятие исторического источника, виды исторических источников. Основные этапы развития исторической науки, многообразие подходов к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории. Закономерности и особенности исторического развития общества, его движущие силы, роль человека в нем, соотношение действия объективного и субъективного факторов в истории, основные исторические формы взаимодействия человека и общества. Возникновение и развитие первобытного общества, основные этапы его эволюции. Развитие первобытного общества и древнейшие государственные образования на территории нашей страны. Восточные славяне в древности: развитие хозяйства, общественных отношений, духовной культуры. Предпосылки возникновения государственности у восточных славян (VI – XI вв.).	2

1	Лекция №2. Образование и развитие Древнерусского государства (конец IX – первая треть XII в.), русские земли в период раздробленности. Формирование двух центров древнерусской государственности и их объединение. Раннефеодальное государство Русь, этапы его развития. Начало формирования древнерусской народности. Взаимоотношения Руси с кочевыми народами, Византией, западным миром. Распространение христианства на Руси и принятие Русью христианства как государственной религии: причины и процесс крещения Руси, историческое значение принятия Русью христианства. Особенности древнерусского христианства. Формирование военно-служилой корпорации – высшего слоя древнерусского общества. Возникновение и развитие феодальной собственности на землю (княжеские, боярские и церковные вотчины) и феодальных отношений, категории зависимого населения в Древней Руси, древнерусское законодательство. Культура Киевской Руси. Распад Древнерусского государства на отдельные самостоятельные земли и княжества, его причины, ход и последствия. Закономерности и особенности распада Киевской Руси. Русские земли в период раздробленности: закономерности и особенности развития хозяйства, общественных отношений, политического устройства, духовной культуры и внешних связей отдельных русских земель и княжеств в середине XII – XIII в. Завершение формирования древнерусской народности. Борьба русского народа против монголо-татарского нашествия и ига на Руси, западных рыцарей, и ее историческое значение.	2
2	Лекция № 3. Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.), развитие России в XVI в. Закономерности и особенности перехода феодального общества от раздробленности к единству. Причины и предпосылки объединения русских земель: военно-политические, социально-экономические, социокультурные. Отличие причин образования единых централизованных государств в историческом развитии России и Западной Европы. Причины возвышения Московского княжества, этапы собирания русских земель вокруг Москвы. Куликовская битва (1380) как переломное историческое событие в отношениях Руси с Золотой Ордой и в процессе объединения русских земель. Завершающий этап образования единого Российского государства (вторая половина XV – начало XVI в.), полное освобождение от ордынской зависимости (1480). Социально-экономическое развитие и общественно-политическое устройство Российского государства на рубеже XV – XVI веков: эволюция феодальной собственности на землю и феодальных отношений, возникновение барщины и государственной поместной системы во второй половине XV в., процесс закрепощения крестьян, формирование единой административно-судебной системы, органов сословно-представительной монархии. Взаимоотношения церкви и государства в процессе объединения русских земель, союз церкви и государственной власти (конец XV – начало XVI в.). Изменение геополитического положения Руси в результате объединения русских земель, задачи и основные направления внешней политики Российского государства на рубеже XV – XVI вв. Историческое значение образования единого Российского государства. Социально-экономическое и общественно-политическое развитие России в XVI в.: расширение территории, естественно-географическая специализация районов, процесс закрепощения крестьянства и утверждение владельческого хозяйства, основанного на принудительном труде крестьян. Формирование институтов и органов сословно-представительной монархии. Реформы середины XVI века и их историческое значение. Опричнина Ивана Грозного: ее причины, содержание и последствия, фактическое закрепощение крестьян в конце XVI в. Задачи и основные направления внешней политики Российского государства в XVI в.	2
2	Лекция № 4. Смутное время, развитие России в XVII в. Понятие Смуты (Смутного времени) в современной исторической науке.	2

	Общенациональный кризис в России конца XVI – начала XVII в., хозяйственный, социальный, династический, духовный, внешнеполитический: его причины, содержание и последствия. Польско-литовская и шведская интервенция. Самоорганизация народа на борьбу с интервенцией: земское движение и роль русской православной церкви в объединении общества, организация и деятельность I и II народного ополчения, Земский собор 1613 г. и его историческое значение. Последствия Смуты для внутреннего развития России и внешнеполитические итоги Смуты. Развитие России в XVII в. после Смуты. Расширение территории, геополитического пространства России, освоение Сибири и выход к берегам Тихого океана в середине XVII века. Развитие хозяйственной специализации районов, появление первых мануфактур, рост мелкотоварного производства и начало формирования единого всероссийского рынка. Развитие сословных отношений: завершение формирования крепостного права (юридическое оформление полного закрепощения крестьян и посадского населения городов) в середине XVII в., сближение поместья с вотчиной, рост численности и роли купечества. Процесс формирования абсолютизма, отмирание институтов и органов сословно-представительной монархии. Взаимоотношения церкви и государства в России в XVII в., реформа патриарха Никона. Рост социальной борьбы народа: городские восстания середины – второй половины XVII в, восстание под предводительством С.Т. Разина. Решение национальных задач во внешней политике России в XVII в., борьба за возвращение западных русских земель, закончившаяся успехом России, вхождение в состав Московского государства Левобережной Украины с Киевом. Развитие русской культуры в XVII в.: «борьба старины с новизной», утверждение светского начала в культуре.	
3	Лекция № 5. Утверждение и развитие абсолютизма в России в XVIII в. Закономерности возникновения и развития абсолютизма. Дискуссии о формировании абсолютизма в России в исторической науке. Особенности российского абсолютизма. Преобразования Петра I в сфере государственного устройства, сословных отношений, экономики, духовной культуры. Форсированное утверждение абсолютизма, завершение формирования абсолютной монархии в России в первой четверти XVIII в., создание «регулярного государства», чиновничье-бюрократической системы управления, основанной на принципах централизации, регламентации, унификации. Уравнение поместья с вотчиной, завершение формирования единого господствующего сословия дворян-помещиков, сословного строя, расширение и ужесточение системы крепостного права, рост эксплуатации народа, введение новой системы налогообложения, подушной подати. Роль государства в развитии крупного промышленного производства в России, изменения в сельском хозяйстве. Создание регулярной армии и военно-морского флота, введение рекрутской повинности. Борьба царя со старыми традициями и зарождение новой культуры. Методы петровских преобразований. Историческое значение реформ Петра I. Народные движения в России в первой четверти XVIII в. Геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике в первой четверти XVIII в. Решение одной из важнейших национальных задач внешней политики России – завоевания выхода в Балтийское море. Основные тенденции развития российского общества и государства в период «дворцовых переворотов»: рост дворянских привилегий, ужесточение крепостного права и укрепление самодержавия. Социально-экономическое развитие и общественно-политическое развитие России во второй половине XVIII в.: возникновение капиталистического уклада в экономике и тенденция его роста, максимальное ужесточение крепостного права, «золотой век» русского дворянства. Политика «просвещенного абсолютизма» – закономерный этап в развитии	2

	абсолютной монархии. Сущность, содержание и значение политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II. Народные движения в России во второй половине XVIII в., восстание под предводительством Е.И. Пугачева., превращение крестьянского вопроса в главный вопрос общественного развития России. Геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике во второй половине XVIII в. Решение одной из главных задач внешней политики Российского государства – завоевания выхода в Черное море и присоединения экономически и стратегических важных южных и западных территорий. Развитие русской культуры в XVIII в., утверждение светского начала в культуре, русское Просвещение середины – второй половины XVIII в.	
3	Лекция № 6. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в. «Эпоха Великих реформ» Александра II, развитие пореформенной России. Закономерности и особенности социально-экономического и общественно-политического развития России в первой половине – середине XIX в. Понятие кризиса крепостничества в современной исторической науке. Основные направления внутренней политики самодержавия: меры в крестьянском вопросе, в сфере государственного управления и просвещения. Рост крестьянского движения и возникновение освободительного движения русской интеллигенции. Геополитическое положение России и основные задачи и направления внешней политики Российского государства в первой половине – середине XIX в. «Великие реформы» Александра II: отмена крепостного права и административно-правовая модернизация. Причины, содержание, буржуазная сущность и противоречивый, непоследовательный характер реформ 1860 – 1870-х гг., их итоги и историческое значение. Утверждение и развитие капитализма в пореформенный период, и начало эволюции российского абсолютизма монархии в направлении к буржуазной, ограниченной монархии. Особенности развития капитализма в России (вторая половина XIX – начало XX в.). Основные противоречия социально-экономического и общественно-политического развития страны во второй половине XIX – начале XX в., превращение агарного вопроса в главный вопрос общественного развития России, ставший основой революционного процесса. Развитие социальной борьбы народа: подъем крестьянского движения после отмены крепостного права и тенденция его постоянного роста с начала XX в., возникновение в 1870-е гг. рабочего движения в России. Первая русская революция (1905 – 1907), ее причины, движущие силы, характер, этапы, итоги и историческое значение. Образование политических партий и зарождение российского парламентаризма. Основные задачи и направления внешней политики Российского государства во второй половине XIX – начале XX в. Первая мировая война и участие в ней России. Нарастание внутренних противоречий, общенациональный кризис начала XX в. в России. Развитие русской культуры в XIX – начале XX в.	2
4	Лекция № 7. Революция и Гражданская война в России (1917 – 1922), развитие советского общества и государства в довоенный период (1920 – 1930-е гг.). Революция 1917 г.: причины революции, свержение самодержавия и развитие революционного процесса от февраля к октябрю, приход к власти большевиков, первые преобразования советской власти, этапы Гражданской войны, апогей вооруженного противостояния и иностранная интервенция, создание Рабоче-Крестьянской Красной армии, «военный коммунизм» - экономическая политика советского государства в период Гражданской войны. Карательные органы советской власти, «красный» и «белый» террор. Политика советской власти в области культуры и в отношении церкви в период Гражданской войны. Причины победы советской власти. Национальная политика советской власти, образование СССР. Развитие	2

	советского общества и государства в условиях новой экономической политики – на основе многоукладности экономики при главенстве социалистического уклада: причины перехода к НЭПу, основные направления, итоги и значение НЭПа. Изменения в составе СССР, эволюция национальной политики советского государства. Форсированная модернизация страны (вторая половина 1920-х – 1930-е гг.): индустриализация, коллективизация, культурные преобразования советской власти. Причины, источники, содержание, особенности, этапы, итоги и значение советской модернизации. Политика «большого террора», репрессии и политические процессы, система Главного управления лагерей. Развитие образования, науки, художественной культуры в довоенный период. Внешняя политика советского государства в 1920 – 1930-е гг.: ее цели, задачи, основные направления и этапы. Итоги развития СССР в довоенный период	
4	Лекция № 8. СССР в послевоенный период (1945–1953), начало «холодной войны», развитие советского общества и государства в 1953 – 1985 гг., попытка «перестройки» социализма в СССР (1985 – 1991). Образование и развитие современной Российской Федерации. Советское общество и государство в послевоенный период (1945 – 1953): восстановление и развитие народного хозяйства, изменения в социальной сфере, укрепление тоталитарной системы, идеологические компании и политические процессы, духовная жизнь общества. Изменение геополитического положения СССР, задачи и основные направления внешней политики советского государства в 1845 – 1953 гг. «Хрущевская оттепель» (1953 – 1964): социально-экономическое развитие, изменения в духовной жизни общества. Концепция мирного сосуществования систем с различным социально-экономическим строем и противоречия в ее реализации в жизни. Проблемы и противоречия общественного развития в СССР в период «развитого социализма» (1964 – 1985), попытка «перестройки» социализма в СССР (1885 – 1991), распад Советского Союза, его причины и последствия. Образование и развитие новой Российской Федерации. Основные задачи социально-экономического и общественно-политического развития России на современном этапе. Геополитическое положение современной России, ее задачи во внешней политике и пути их решения. Роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Семинар №1. Развитие первобытного общества, первые политические образования на территории нашей страны. Восточные славяне в древности, образование древнерусской государственности. Киевская Русь, развитие русских земель в период раздробленности. 1. Этапы развития первобытного общества, первые государственные образования на территории нашей страны. 2. Восточные славяне в древности (VI – IX вв.): расселение, занятия, общественный строй, духовная культура и быт, образование двух центров государственности восточных славян в середине IX в. 3. Этапы развития государства Киевская Русь (конец IX – первая треть XII в.). 4. Возникновение и развитие феодальной собственности на землю и феодальных отношений в Древней Руси. 5. Русь и соседи: отношения Руси с Византией, христианским миром. 6. Причины и процесс распада Киевской Руси на отдельные самостоятельные княжества. 7. Русские земли в период раздробленности: развитие хозяйства,	2

	общественных отношений, культуры в русских княжествах XII–XIIIвв. 8. Монголо-татарское нашествие и иго на Руси и его последствия, историческое значение борьбы русского народа против ордынцев. 9. Борьба Руси против западных рыцарей в XIII в. и ее историческое значение.	
2.	Семинар №2. Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.), его общественно-политическое устройство и внешняя политика на рубеже XV – XVIвв. 1. Развитие Северо-Восточной Руси в конце XIII – начале XIV в. 2. Причины и особенности формирования единого Русского государства. 3. Причины возвышения Москвы и роль в этом процессе политики московских князей. 4. Этапы объединения русских земель вокруг Москвы. 5. Общественно-политическое устройство и внешняя политика Русского государства на рубеже XV – XVI вв. 6. Процесс закрепощения крестьян на рубеже XV – XVIвв. 7. Историческое значение образования единого Российского государства.	2
2.	Семинар № 3. Развитие России в XVI – XVII вв. 1. Особенности социально-экономического развития и формирования сословных отношений в России в XVI в. 2. Реформы середины XVI века и их историческое значение. 3. Опричнина Ивана Грозного, ее причины, сущность и последствия. 4. Формирование системы крепостного права, фактическое закрепощение крестьян в России в конце XVI в. 5. Внешняя политика России в правление Ивана IV. 6. Понятие Смутного времени, причины, содержание, итоги и последствия Смуты. 7. Развитие России в XVII в. (после Смутного времени): экономическое развитие, эволюция сословных отношений, полное закрепощение крестьян и посадского населения городов, изменения в системе государственного управления, положения церкви в государстве, церковная реформа патриарха Никона и ее значение. 8. Социальная борьба народа в России в XVII в., восстание под предводительством С.Т. Разина. 9. Внешняя политика России в XVII в.	2
3.	Семинар № 4. Развитие России в XVIII в. 1. Причины, содержание и значение реформ Петра I. 2. Методы петровских преобразований. 3. Народные восстания в России конца XVII – первой четверти XVIII вв. 4. Основные направления внешней политики России в правление Петра I. Северная война (1700 – 1721), ее причины, ход, итоги и значение. 5. Основные направления развития русского общества и государства в «эпоху дворцовых переворотов». 6. Социально-экономическое развитие России во второй половине XVIII в.: «золотой век» русского дворянства, «просвещенный абсолютизм» Екатерины II. 7. Народное движение в России во второй половине XVIII в., восстание под предводительством Е.И. Пугачева. 8. Русское Просвещение XVIII в. 9. Основные направления внешней политики России во второй половине XVIII в.	2
3.	Семинар № 5. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в. 1. Социально-экономическое развитие России в первой половине XIX в., понятие «кризиса крепостничества». 2. Основные направления и этапы внутренней политики самодержавия в	

	царствование Александра I. 3. Внешняя политика России в первой четверти XIX в. Отечественная война 1812 г. и заграничный поход русской армии 1813-1814 гг. 4. Движение декабристов. 5. Основные направления внутренней политики Николая I. 6. Развитие русской общественной мысли во второй четверти – середине XIX в., ее основные течения. 7. Внешняя политика России во второй четверти XIX в., Крымская война (1853-1856).	2
3.	Семинар № 6. Утверждение и развитие капитализма в России во второй половине XIXв. 1. «Великие реформы» Александра II: отмена крепостного права, реформы местного самоуправления (земская и городская), судебная, финансов, образования, военная и их историческое значение. 2.Социально-экономическое развитие России в пореформенный период, особенности развития капитализма в России, главный вопрос общественного развития страны во второй половинеXIX – началеXX в. 3. Основные направления общественного движения в России в пореформенный период. 4. Внутренняя политика императоров Александра III. 5. Внешняя политика России во второй половине XIX в. 6. Развитие культуры в России во второй пол.XIX – «золотой век русской культуры».	2
4.	Семинар № 7. Развитие России в начале XX в.: революции и реформаторская альтернатива. 1. Социально-экономическое, общественно-политическое развитие и внешняя политика России в началеXX в., русско-японская война (1904 – 1905). 2. Революция 1905 – 1907 гг. в России, ее причины и предпосылки, движущие силы, характер, этапы, итоги и значение. 3.Реформы П. А. Столыпина: цели, задачи, основные направления, итоги и значение. 4. Внешняя политика России после поражения в русско-японской войне. Первая мировая война (1914 – 1918) и участие в ней России. 5. Революция и Гражданская война в России 1917–1922 гг.: причины и предпосылки революции, свержение самодержавия, нарастание общенационального кризиса и приход к власти большевиков, образование советского государства, первые преобразования советской власти, политика «военного коммунизма», причины, этапы и последствия Гражданской войны.	2
4.	Семинар № 8. Образование СССР и развитие страны в условиях НЭПа (1921 – 1928), форсированная модернизация советского общества (середина 1920-х – 1930-е гг.). 1. Причины перехода к новой экономической политике, цели, задачи, основные направления, итоги и значение НЭПа. 2. Образование и конституционное оформление СССР. 3. Модернизация экономики: индустриализация производства и коллективизация сельского хозяйства: причины, цели, задачи, этапы, особенности, итоги и значение. 4. Становление тоталитарной системы в СССР, политика «большого террора» и ее последствия. 5. Преобразования советской власти в области культуры. 6. Внешняя политика советского государства в период 1917 – 1941 гг. (до начала Великой Отечественной войны): этапы, цели и задачи на каждом их этапов, итоги и значение.	2
4.	Семинар № 9. СССР в годы Второй мировой войны (1939-1945). Великая Отечественная война Советского Союза (1941-1945). 1. Причины Второй мировой войны, современная научная периодизация	

	истории Второй мировой войны. 2. Великая Отечественная война Советского Союза – важнейшая часть Второй мировой войны. 3. Начальный период Великой Отечественной войны (июнь 1941 – ноябрь 1942). 4. Период коренного перелома в Великой Отечественной и Второй мировой войне (ноябрь 1942 – 1943). 5.Завершающий период Великой Отечественной войны (1944 – май 1945). 6. Единство фронта и тыла в Великой Отечественной войне. 7. Партизанское движение в Великой Отечественной войне. 8. Развитие духовной культуры, образования и науки в СССР в годы Великой Отечественной войны. 9. Историческое значение Победы советского народа над фашизмом. 10. Разгром милитаристской Японии – завершающий этап Второй мировой войны.	2
	Семинар № 10. Советское общество и государство в послевоенный период (1945–1953), начало «холодной войны», развитие советского общества в 1953 – 1985 гг., «перестройка» в СССР, новая Российская Федерация. 1. Восстановление и развитие народного хозяйства, политика в социальной сфере в послевоенный период. 2. Эволюция тоталитарной системы в СССР, культурная жизнь страны, идеологические кампании, рост политических репрессий. 3. Внешняя политика СССР в послевоенный период: образование и противоборство двух мировых систем, начало «холодной войны». СССР в 1953 – 1985 гг.: попытки реформирования советского общества, нарастание кризисных явлений. 4. Борьба за власть в партийном руководстве страны после смерти Сталина, изменения в общественно-политической жизни. 5. Содержание «хрущевской оттепели»: социально-экономическое развитие, наука и технический прогресс, возникновение диссидентского движения, изменения в культуре. 6. Противоречия внешней политики СССР в 1953–1964 гг., Карибский кризис 1962 г. и его последствия. 7. «Развитой социализм» («период застоя») 1964–1985 гг.: нарастание кризисных явлений в экономике, общественной жизни, культуре, развитие диссидентского движения, национальная политика и национальные движения, противоречия внешней политики СССР. 8. Кризис советской тоталитарной системы и «перестройка» в СССР (1985–1991): причины «перестройки», цели, задачи и этапы экономической и политической реформы, политический и идеологический плюрализм, изменения в духовной жизни общества, «новое политическое мышление», обострение внутренних противоречий, структурный кризис экономики, кризис союзной власти и распад СССР (июнь 1990 – декабрь 1991 г.). 9. Социально-экономическое и общественно-политическое развитие новой Российской Федерации, роль личности на современном этапе развития общества. Место России в системе международных отношений. Роль российской цивилизации во всемирном историческом процессе.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Историческая наука и ее значение в развитии личности и общества. Возникновение человечества, закономерности и этапы развития первобытного общества.	2

	Объект, предмет, методология исторической науки, принципы исторического анализа. Понятие исторического источника, основные виды исторических источников. Основные этапы и концепции в развитии исторической науки. Закономерности и особенности исторического развития общества, основные этапы развития человечества, многообразие подходов к периодизации истории. Развитие первобытного общества на территории нашей страны.	
2.	Лекция № 2. Образование единого Российского государства (XIV – начало XVI в.). Причины и предпосылки объединения русских земель в единое государство: закономерность перехода феодального общества от раздробленности к единству и особенности этого процесса в России. Причины возвышения Московского княжества. Этапы объединения русских земель вокруг Москвы. Эволюция феодальной собственности на землю и феодальных отношений в период образования Российского централизованного государства, процесс закрепощения крестьян. Формирование единой административно-судебной системы, институтов сословно-представительной монархии, развитие взаимоотношений между обществом, церковью и государством на завершающем этапе образования единого Российского государства. Основные задачи внешней политики Московского государства на рубеже XV –XV вв. Историческое значение образования единого Российского государства, его место и роль во всемирном историческом процессе.	2
3.	Лекция № 3. Кризис самодержавно-крепостнической системы в первой половине – середине XIX в., эпоха «Великих реформ» 1860-1870-х гг., утверждение капитализма в России. Социально-экономическое и общественно-политическое развитие России в первой половине – середине XIX века. Причины, содержание, сущность и характер «Великих реформ» 1860-1870-х гг. и их историческое значение, роль выдающихся отечественных реформаторов данного периода в общественном развитии России. Утверждение капитализма в России, Особенности российского капитализма, основные проблемы и задачи общественного развития России во второй половине XIX в.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2.	Семинар № 1. Развитие России в XVI – XVII вв. 1. Особенности социально-экономического развития и формирования сословных отношений в России в XVI в. 2. Реформы середины XVI века и их историческое значение. 3. Опричнина Ивана Грозного, ее причины, сущность и последствия. 4. Формирование системы крепостного права, фактическое закрепощение крестьян в России в конце XVI в. 5. Внешняя политика России в правление Ивана IV. 6. Понятие Смутного времени, причины, содержание, итоги и последствия Смуты. 7. Развитие России в XVII в. (после Смутного времени): экономическое развитие, эволюция сословных отношений, полное закрепощение крестьян и посадского населения городов, изменения в системе государственного управления, положения церкви в государстве, церковная реформа патриарха Никона и ее значение. 8. Социальная борьба народа в России в XVII в., восстание под предводительством С.Т. Разина. 9. Внешняя политика России в XVII в.	2

4.	Семинар № 2. СССР в годы Второй мировой войны (1939-1945). Великая Отечественная война Советского Союза (1941-1945). 1. Причины Второй мировой войны, современная научная периодизация истории Второй мировой войны. 2. Великая Отечественная война Советского Союза – важнейшая часть Второй мировой войны. 3. Начальный период Великой Отечественной войны (июнь 1941 – ноябрь 1942). 4. Период коренного перелома в Великой Отечественной и Второй мировой войне (ноябрь 1942 – 1943). 5.Завершающий период Великой Отечественной войны (1944 – май 1945). 6. Единство фронта и тыла в Великой Отечественной войне. 7. Партизанское движение в Великой Отечественной войне. 8. Развитие духовной культуры, образования и науки в СССР в годы Великой Отечественной войны. 9. Разгром милитаристской Японии – завершающий этап Второй мировой войны. 10. Историческое значение Победы советского народа над фашизмом.	2

5 ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Горелова, Е.И. Основные вехи отечественной истории с древнейших времен до октября 1917 года [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров / Е.И. Горелова. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 116 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Давыдова, Ю.А. История : учебное пособие / Ю.А. Давыдова, А.В. Матюхин, В.Г. Моржеедов. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Университет Синергия, 2019. – 205 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495816
3. Касьянов, В. В. История России : учебное пособие для вузов / В. В. Касьянов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 255 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08424-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455907
4. Кузнецов, И.Н. История : учебник / И.Н. Кузнецов. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2019. – 576 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573311
5. Пыж, В.В. История. (История России с древнейших времен до распада Древнерусского государства) [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.В. Пыж, И.Л. Кислицына. - СПб. : [б. и.], 2018. - 148 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Фортунатов, В.В. История : учебное пособие для бакалавров / В.В. Фортунатов. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 462, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бакирова, А.М. История: краткий курс лекций / А.М. Бакирова, Е.Ф. Томина ; Оренбургский государственный университет. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2017. – 367 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481724
2. Данилов, А.А. История России с древнейших времен до наших дней в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / А.А. Данилов. - Москва : Проспект, 2018. - 316, [1] с.
3. Деревянко, А.П. История России с древнейших времен до наших дней [Текст] : учебное пособие / А.П. Деревянко, Н.А. Шабельникова, А.В. Усов. - Изд. 4-е, перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2016. - 670 с.
4. История: для бакалавров : учебник / П.С. Самыгин, С.И. Самыгин, В.Н. Шевелев, Е.В. Шевелева. - 3-е изд, перераб. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. - 576 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 543-567. - ISBN 978-5-222-21494-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271484
5. История России [Текст] : учебник / А.С. Орлов [и др.]; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Исторический факультет. - 2-е изд. перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2017. - 680 с. : ил. - ISBN 978-5-392-24633-5
6. История России в схемах, таблицах, картах и заданиях [Текст] : [учебное пособие] / В.В. Касьянов [и др.]; под ред. В. В. Касьянова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 376, [1] с. : ил. - (Высшее образование). - Библиогр. в конце разд. - ISBN 978-5-222-25451-6
7. Кириллов, В. В. История России : учебное пособие для академического бакалавриата / В. В. Кириллов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2016. — 665 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3511-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/395517
8. Матюхин, А.В. История России : учебник / А.В. Матюхин, Ю.А. Давыдова, Р.Е. Азизбаева; под ред. А. В. Матюхина. - Москва : Изд-во Московского финансово-

промышленного ун-та "Синергия", 2016. - 335 с. : ил. - (Университетская серия). - Библиогр.: с. 332-334. - ISBN 978-5-4257-0243-2
9. Сахаров, А.Н. История России с древнейших времен до наших дней [Текст] : учебник / А.Н. Сахаров, А.Н. Боханов, В.А. Шестаков; под ред. А. Н. Сахарова. - Москва : Проспект, 2018. - 864 с.
10. История России: практикум для студентов вузов [Текст] : учебное пособие для студентов всех специальностей и направлений подготовки / Л.Г. Степанова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 283, [1] с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 275-284. - ISBN 978-5-222-23826-4 : 342 р.Авт. указаны на обороте тит. л. - ISBN 978-5-392-26702-6
11. Фирсов, С. Л. История России : учебник для вузов / С. Л. Фирсов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 380 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06235-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453553

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1ш.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №321** (2 этаж, нежилое помещение №12) – Учебный стол-14шт, скамья-14шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1, наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ФИЛОСОФИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____ Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 11

Зав. кафедрой _____ Пыж В.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
Доцент, к.ф.н., доцент Медведева О.А.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Межкультурное взаимодействие	УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-5	УК-5.1. Знает: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли. УК-5.2. Умеет: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. УК-5.3. Имеет опыт: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		48				48				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		22				22				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		26				26				
Промежуточная аттестация (**зачет**, дифференцированный зачет, экзамен)		6				6				
Самостоятельная работа студента		54				54				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108				
	зачетные единицы	**3**				3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10			10						
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6			6						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4			4						
Промежуточная аттестация (**зачет**, дифференцированный зачет, экзамен)		4			4						
Самостоятельная работа студента		94			94						
Выполнение контрольной работы		20			20						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			108						
	зачетные единицы	**3**			3						

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Тема 1. Предмет и структура философского знания	1.Определения философии, ее предмет. Философия как наука, форма духовной культуры и мировоззрение. Дискуссия о научном статусе философии. Круг философских проблем. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. Роль философии в формировании системы ценностей. 4. Структура философского знания. Роль философии в жизни человека и	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов.

		общества. Преподавание философии в ВУЗах.	Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
	Тема 2. Основные этапы и направления исторического развития философии	**Ч. 1. Философия Древнего Востока.** 1. Философия Древней Индии. Философские идеи Упанишад. Философские школы Древней Индии. Йога, джайнизм, буддизм. 2. Философия Древнего Китая. «И-цзин». Учение об инь и ян. Философские школы Древнего Китая. Конфуцианство. Даосизм. Фа-цзя. **Ч. 2. Античная философия.** 1. Особенности и периодизация античной философии. 2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм. 3 Сократ и софисты. Платон и Аристотель. 4. Эллинистическая философия. Кинизм, эпикуреизм, скептицизм, стоицизм. **Ч. 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.** 1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности. 2. Средневековая патристика: Тертуллиан, александрийская школа. Фундаментальная теология А.Августина. 3. Средневековая схоластика: основные задачи и проблематика. Творчество Боэция, Эриугены, А. Кентерберийского, П. Абеляра, Ф. Аквинского, У. Оккама. Арабские средневековые мыслители. 4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения. 5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса. Н. Кузанский, М. Фичино, Дж. Пико делла	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.

		Мирандола, М. Монтень, Н. Макиавелли, Т. Мор, Э. Роттердамский, Дж. Бруно. **Ч. 4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). Немецкая классическая философия.** 1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени. 2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени. 3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки. 4. Французское Просвещение. 5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха. **Ч. 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.** 1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени. 2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв. 3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше. 4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э.Гуссерль. 5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера.	
3.	Тема 3. Русская философия	1. Характерные особенности и периодизация русской философии. 2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Иосифляне и нестяжатели: дискуссия о роли церкви в обществе. Старец Филофей. Теория «Москва – третий Рим». 3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода. 4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева. 5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. И.А. Ильин, Л.П. Карсавин, С.Н. Булгаков. Русская советская философия. А.Ф. Лосев, М.М. Бахтин, Ю.М. Лотман.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в

			договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
4.	Тема 4. Философия бытия	1.Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений античности, Средних веков, Нового и новейшего времени. Современные онтологические концепции: «критическая онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида). 2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное. Основные концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. Происхождение сознания. Идеальность, креативность, интенциональность сознания. Сознание и объективная реальность. 4. Философское осмысление природы. Основные характеристики бытия природы.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
5.	Тема 5. Философия человека	1. Предмет и основные направления философской антропологии. Натуралистическая, религиозная, социокультурная, экзистенциальная антропология. Сущность и природа человека. Сущность и существование. 2. Научные, паранаучные и религиозные теории антропогенеза. Критика дарвинизма. 3. Биологическое и социальное в природе человека. Наследственные и социальные факторы развития человека. 4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. Ценности человеческого бытия.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в

			договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
6.	Тема 6. Философия познания	1. Предмет и основные понятия гносеологии. Знание как результат познания. Знание и вера. Заблуждение и ложь. 2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Взаимосвязь чувственного и рационального познания. Области познания. Эстетика как область познания. Религиозное познание. 3. Истина и ее критерии. Абсолютная и относительная истина. 4. Практика и ее роль в познании. Практика как цель познания, область познания и критерий истины в познании. Структура практики.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
7.	Тема 7. Основы этики.	1.Понятие морали, ее возникновение и характеристики. Соотношение морали и инстинктов. Нравственное формирование личности. Проблема нарушения нравственных принципов. Мораль и закон. Мораль, этика, этикет. 2.Функции морали. Проблема существования морали у животных. 3. Категории морали. Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения. Этический принцип как жизненная позиция человека.	Знания: - сущностных характеристик основных периодов в развитии философской мысли. Умения: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов. Навыки: - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в

			договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция 1. Предмет и структура философского знания.** 1.Определения философии, ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Происхождение философии. 4. Структура философского знания.	2
2.	**Лекция 2. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Древнего Востока.** 1. Философия Древней Индии. Востока. 2. Философия Древнего Китая.	2
2.	**Лекция 3. Основные этапы и направления исторического развития философии. Античная философия.** 1. Особенности и периодизация античной философии. 2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм. 3. Сократ и софисты. Платон и Аристотель. 4. Эллинистическая философия.	2
2.	**Лекция 4. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.** 1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности. 2. Средневековая патристика. 3. Средневековая схоластика. 4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения. 5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса.	2
2.	**Лекция 5. Основные этапы и направления исторического развития философии. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). Немецкая классическая философия.** 1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени. 2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени. 3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки. 4. Французское Просвещение. 5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.	2
2.	**Лекция 6. Основные этапы и направления исторического развития философии. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.** 1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени. 2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв. 3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше. 4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э.Гуссерль. 5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера.	2
3.	**Лекция 7. Русская философия.** 1. Характерные особенности и периодизация русской философии.	2

	2. Древнерусская философия: проблематика и представители. 3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода. 4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева. 5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. Русская советская философия.	
4.	**Лекция 8. Философия бытия.** 1.Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы.	2
5.	**Лекция 9. Философия человека.** 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 3. Биологическое и социальное в природе человека. 4. Смысл и цель жизни.	2
6.	**Лекция 10. Философия познания.** 1. Предмет и основные понятия гносеологии. Знание как результат познания. 2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Области познания. 3. Истина и ее критерии. Абсолютная и относительная истина. 4. Практика и ее роль в познании.	2
7.	**Лекция 11. Основы этики.** 1.Понятие морали, ее возникновение и характеристики. 2.Функции морали. 3. Категории морали. Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание семинаров*	*Кол-во часов*
1.	**Семинар 1. Предмет и структура философского знания.** Вопросы для обсуждения: 1. Определения философии и ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3.Происхождение философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества.	2
2.	**Семинар 2. Философия Древнего Востока.** Вопросы для обсуждения: 1. Философия Древней Индии. Возникновение древнеиндийской философии. Философские понятия и школы Древней Индии. Йога. Джайнизм. Буддизм. 2. Философия Древнего Китая. Возникновение и нааправления древнекитайской философии. Конфуцианство. Даосизм. Легизм.	2
2.	**Семинар 3. Античная философия.** Вопросы для обсуждения: 1. Становление древнегреческой философии, особенности и периодизация. 2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм и пифагореизм. 3. Гуманистический период: софисты и Сократ. 4. Классический период: Платон и Аристотель.	2

	5. Эллинистическая философия: кинизм, эпикуреизм, стоицизм, скептицизм.	
2.	**Семинар 4. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.** Вопросы для обсуждения: 1. Предпосылки, периодизация, характерные черты средневековой философии. 2. Средневековая патристика. Философские учения Августина Аврелия (Блаженного). 3. Средневековая схоластика. Фома Аквинский и доказательства бытия Бога. 4. Особенности философской мысли эпохи Возрождения. 5. Философские концепции эпохи Возрождения.	2
.	**Семинар 5. Философия Нового Времени.** Вопросы для обсуждения: 1. Предпосылки и характерные черты философии Нового времени. 2. Эмпиризм. Ф. Бэкон. Критика философии и индуктивный метод. Идолы разума. Субъективный идеализм Д. Юма. 3. Рационализм. Р. Декарт. Учение о субстанциях. Правила дедуктивного метода. Учение Г. Лейбница о предустановленной гармонии. 4. Философия французского Просвещения. 5. Немецкая классическая философия. Гносеологические и этические идеи И. Канта. Диалектика Г.В.Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.	2
2.	**Семинар 6. Постклассическая западноевропейская философия XIX-XX вв.** Вопросы для обсуждения: 1. Психоанализ З. Фрейда. 2. «Философия жизни»: А.Шопенгауэр, Ф. Ницше. Детерминизм и свобода воли. 3. Герменевтика: В. Дильтей, Г.-Г. Гадамер. 4. Экзистенциальная философия: М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, В.Э. Франкл.	2
3.	**Семинар 7. Русская философия.** Вопросы для обсуждения: 1. Характерные особенности и периодизация русской философии. 2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Спор иосифлян и нестяжателей о статусе церкви. Старец Филофей. Теория «Москва третий Рим». 3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода. 4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева. 5. Современная русская философия.	2
4.	**Семинар 8. Философия бытия.** 1.Предмет онтологии. История онтологических учений. Современные онтологические концепции: «критическая онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида). 2. Формы бытия, их взаимосвязь. 3. Концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм. 4. Сознание, его сущность, структура и основные характеристики. 5. Философское осмысление природы.	2
5.	**Семинар 9. Философия человека.** Вопросы для обсуждения: 1. Предмет и направления философской антропологии. Антропологические учения в истории философии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 3. Смысл и цель жизни.	2

	4. Смысл смерти. 5. Ценности человеческого бытия.	
5	**Семинар 10. Философия личности.** Вопросы для обсуждения: 1. Индивид, индивидуальность, личность. Критерии личности. 2. Формирование личности. 3. Понятие инфантильности. 4. Личность и общество. 5. Свобода и ответственность личности.	2
6.	**Семинар 11. Философия познания.** Вопросы для обсуждения: 1. Предмет и понятия гносеологии. Объект и субъект познания. Знание как результат познания. Знание и вера. 2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. Области и методы познания. 3. Проблема истины в философии. Относительная и абсолютная истина. 4. Практика и ее роль в познании. 5. Проблема познаваемости мира.	2
7.	**Семинар 12. Основы этики.** Вопросы для обсуждения: 1. Понятие морали, ее сущность и функции. 2. Категории морали. 3. Этика как философская наука о морали. 4. Этический принцип как жизненная позиция человека. Эгоизм, альтруизм, гедонизм, аскетизм. 5. Этика спорта.	2
7.	**Семинар 13. Социальная философия.** Вопросы для обсуждения: 1. Предмет и функции социальной философии. Социальная философия в системе обществознания. 2. Общество как социальная система. 3. Основные сферы жизни общества, их взаимосвязь. 4. Государство и гражданское общество. 5. Проблема общественного прогресса.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	**Лекция 1. Предмет и структура философского знания.** 1. Определения философии, ее предмет. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. 4. Структура философского знания.	2
2.	**Лекция 2. Философия бытия.** 1.Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы.	2
3.	**Лекция 3. Философия человека.** 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 3. Биологическое и социальное в природе человека. 4. Смысл и цель жизни.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание семинаров*	*Кол-во часов*
1.	**Семинар 1. Предмет и структура философского знания.** Вопросы для обсуждения: 1. Определения философии и ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3.Происхождение философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества.	2
2	**Семинар 2. Философские проблемы бытия и человеческого существования.** 1.Предмет онтологии. Онтологические проблемы в истории философских учений. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Предмет и направления философской антропологии. 4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. 5. Ценности человеческого бытия.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Балашов, Л.Е. Философия : учебник / Л.Е. Балашов. – 4-е изд., испр. и доп. – Москва : Дашков и К°, 2018. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573117
2. Крюков, В. В. Философия : учебник для вузов / В. В. Крюков. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06271-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453394
3. Руденко, А.М. Философия в схемах и таблицах : учебное пособие для студентов вузов / А.М. Руденко. - 4-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 382 с.
4. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02014-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451889
5. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 185 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02016-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451890
6. Философия : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям : в 2 т. Т. 1 : История философии / Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации ; под ред. В. Н. Лавриненко. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 273, [2] с.
7. Философия : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям : в 2 т. Т. 2 : Основы философии. Социальная философия. Философская антропология / Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации ; под ред. В. Н. Лавриненко. - 7-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 281, [2] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, П.В. Философия в схемах и определениях : учебное пособие / П.В. Алексеев; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Философский факультет. - Москва : Проспект, 2017. - 111, [1] с. : ил.
2. Батурин, В.К. Философия: учебник для бакалавров / В.К. Батурин. – Москва : Юнити, 2016. – 343 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426490
3. Голубинцев, В.О. Философия для технических вузов [Текст] : учебник / В.О. Голубинцев, А.А. Данцев, В.С. Любченко. - Изд. 7-е, стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 502, [1] с.
4. Губин, В.Д. Философия [Текст] : учебник / под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 812 с.
5. Канке, В.А.Современная философия [Текст] : учебник / В.А. Канке. - 5-е изд., стер. - Москва : Омега-Л, 2014. - 329 с.
6. Канке, В.А. Философия. Исторический и систематический курс [Текст] : учебник / В.А. Канке. - Изд. 5-е, перераб. и доп. - Москва : Логос, 2015. - 375 с. : ил.
7. Кохановский, В.П. Философия [Текст] : конспект лекций : учебное пособие / В.П. Кохановский, Л.В. Жаров, В.П. Яковлев. - 16-е изд., стер. - Москва :Кнорус, 2013. - 191 с.

8. Марков, Б.В. Философия [Текст] : учебник / Б.В. Марков. - Санкт-Петербург : Питер, 2017. - 426 с.
9. Медведева, О.А. Философия [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.А. Медведева. - СПб. : [б. и.], 2014. – 166 с.. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Миронов, В.В. Философия [Текст] : учебник / В.В. Миронов; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. - Москва : Проспект, 2017. - 238, [1] с.
11. Философия [Текст] : учебник / Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; под ред. А. Ф. Зотова, В. В. Миронова, А. В. Разина. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва : Проспект : Изд-во Московского ун-та, 2013. - 669, [1] с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №419** (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-42шт, скамья-42шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №321** (2 этаж, нежилое помещение №12) – Учебный стол-14шт, скамья-14шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1,наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра права и гражданской безопасности

Рабочая программа дисциплины (модуля)

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП
по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
по профилю подготовки
«Физкультурно-оздоровительная деятельность»

_____ **М. Д. Мосунова**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
17 июня 2019 г., протокол № 14

Зав. кафедрой _____ **А. А. Смирнов**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
доцент кафедры
права и гражданской безопасности,
канд. пед. наук Д. А. Михайлова

Санкт-Петербург, 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

В соответствии с учебными планами дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» (Б1.О.04) изучается на I курсе по очной форме обучения, на V курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ.

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Безопасность жизнедеятельности	УК–8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК–8	УК-8.1. Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.
	УК-8.2. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;	Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.	- планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.
	УК-8.3. Имеет опыт: - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.	Имеет опыт (навык): - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36	–	36	–	–	–	–	–	–
В том числе:		–	–	–	–	–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа		16	–	16	–	–	–	–	–	–
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		20	–	20	–	–	–	–	–	–
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)		27	–	27	–	–	–	–	–	–
Самостоятельная работа студента		45	–	45	–	–	–	–	–	–
Углублённое изучение теоретического материала по темам курса (в том числе подготовка к устным опросам)		*13*	–	*13*	–	–	–	–	–	–
Подготовка к интерактивным занятиям (5 занятий)		*5*	–	*5*	–	–	–	–	–	–
Оформление отчётов по лабораторным работам (3 шт.)		*15*	–	*15*	–	–	–	–	–	–
Оформление дуального конспекта лекций (бумажного и электронного; I рубежный контроль)		*10*	–	*10*	–	–	–	–	–	–
Подготовка к тестированию (II рубежный контроль)		*2*	–	*2*	–	–	–	–	–	–
Общая трудоёмкость	**часы**	**108**	–	**108**	–	–	–	–	–	–
	зачётные единицы	**3**	–	**3**	–	–	–	–	–	–

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8	–	–	–	–	–	–	–	–	8
В том числе:		–	–	–	–	–	–	–	–	–	–
Занятия лекционного типа		4	–	–	–	–	–	–	–	–	4
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4	–	–	–	–	–	–	–	–	4
Промежуточная аттестация (зачёт, дифференцированный зачёт, экзамен)		9	–	–	–	–	–	–	–	–	9
Самостоятельная работа студента		91	–	–	–	–	–	–	–	–	91
Выполнение контрольной работы		20	–	–	–	–	–	–	–	–	20
Углублённое изучение теоретического материала по разделам дисциплины, предусмотренным для аудиторного освоения в форме лекций		*20*	–	–	–	–	–	–	–	–	*20*
Подготовка к интерактивным практическим занятиям (2 занятия)		*10*	–	–	–	–	–	–	–	–	*10*
Подготовка к текущим контролям в форме опросов		*16*	–	–	–	–	–	–	–	–	*16*
Подготовка текущего контроля в форме отчёта по домашней лабораторной работе в виде решения типовых задач		*15*	–	–	–	–	–	–	–	–	*15*
Подготовка текущего контроля в форме письменного домашнего задания		*5*	–	–	–	–	–	–	–	–	*5*
Подготовка к рубежному контролю в форме опроса по материалу для самостоятельной работы		*5*	–	–	–	–	–	–	–	–	*5*
Общая трудоёмкость	**часы**	**108**	–	–	–	–	–	–	–	–	**108**
	зачётные единицы	**3**	–	–	–	–	–	–	–	–	**3**

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
А	*Б*	*В*	*Г*
1.	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.	Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объекты анализа. Безопасность жизнедеятельности: ключевые аксиомы и концепции.	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций.
2.	Система «человек – среда обитания» как объект научного анализа.	Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие. Химическое оружие. Негативные факторы среды обитания человека. Основы антропогенеза и экологии в контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Природные опасности. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза. Размеры и структура зон поражения.	Знает: - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера. Имеет опыт (навык): - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях.
3.	Теоретико-методологические аспекты обеспечения безопасности жизнедеятельности.	Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций.	Знает: - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера.

А	*Б*	*В*	*Г*
4.	Принципы организации и способы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях различного генеза.	Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Организация и проведение защитных мер от чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения. Методика прогнозирования радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.	Знает: - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий. Умеет: - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт (навык): - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

А	*Б*	*В*	*Г*
5.	Безопасность жизнедеятельности в условиях действия физических полей и производственной деятельности.	Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.	Знает: - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. Умеет: - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий. Имеет опыт (навык): - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
А	*Б*	*В*
1.	*Лекция № 1. Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объекты анализа.* *Дидактический компонент № 1. Безопасность жизнедеятельности как научная дисциплина.* Системно-структурная модель безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Объект и предмет изучения безопасности жизнедеятельности. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Виды безопасности и разделы безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Номенклатура опасностей, порядок составления и целесообразность её применения. Классификация опасностей как инструмент понимания их природы. *Дидактический компонент № 2. Безопасность жизнедеятельности как учебная дисциплина.* Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в дошкольных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в начальной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в основной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в старшей школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в профессиональных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в образовательных организациях высшего образования Российской Федерации. *Дидактический компонент № 3. Принципы возникновения и классификация чрезвычайных ситуаций.* Чрезвычайная ситуация, катастрофа, стихийное бедствие. Принципы возникновения чрезвычайных ситуаций: основные причины и обстоятельства. Стадии (периоды) развития чрезвычайных ситуаций. Виды катастроф. Классификация чрезвычайных ситуаций по ведомственной принадлежности. Классификация чрезвычайных ситуаций по возможностям их предотвращения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространения. Классификация чрезвычайных ситуаций по природе их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по причинам их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по продолжительности их действия. Классификация чрезвычайных ситуаций по скорости их развития. Классификация чрезвычайных ситуаций по степени их внезапности. Таксономия чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
1.	*Лекция № 2. Безопасность жизнедеятельности: ключевые аксиомы и концепции.* *Дидактический компонент № 1. Теоретические и практические основы безопасности в системе «человек – среда обитания – машины – чрезвычайные ситуации».* Аксиома о потенциальной опасности материального мира (первая аксиома безопасности жизнедеятельности). Аксиома о предельно допустимых значениях воздействия источника опасности на объект защиты. Аксиома о совпадении источника опасности и объекта защиты в пространстве и времени. Аксиома об универсальности воздействия источника опасности на объекты защиты, находящиеся в зоне его действия. Аксиома об ущербе, оказываемом источником опасности объекту защиты. Аксиома о технических способах защиты объекта от источника опасности. Аксиома о необходимом условии достижения безопасности жизнедеятельности. *Дидактический компонент № 2. Современная концепция риска как теоретико-методологическая основа обеспечения безопасности жизнедеятельности.* Причины возникновения, количественные характеристики и источники опасностей. Предметы и объекты исследования риска. Риски: аспекты понимания, классификация, определения по видам, методы определения, свойства. Концепция абсолютной безопасности и концепция приемлемого (допустимого) риска. Основное уравнение безопасности. Методические аппараты анализа, оценки и прогноза риска. Меры по снижению риска (защите, обеспечению безопасности). Управление рисками: этапы, алгоритмы, технологии. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2
2.	*Лекция № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть I. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие.* *Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Ядерное, термоядерное и нейтронное оружие.* Таксономия современных средств поражения. Обычные средства поражения [кумулятивные боеприпасы, бетонобойные боеприпасы, зажигательные боеприпасы (напалмы, металлизированные смеси, термитные составы, белый фосфор), кассетные боеприпасы, боеприпасы объёмного взрыва, фугасные боеприпасы, осколочные боеприпасы]. Высокоточное оружие. Оружие массового поражения. Основные характеристики ядерного, термоядерного и нейтронного оружия. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение (загрязнение), электромагнитный импульс ядерного взрыва и их поражающие действия. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Бактериологическое (биологическое) оружие.* Основные характеристики (свойства) бактериологического (биологического) оружия. Свойства роста и развития вирусов, бактерий, риккетсий и грибков, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Свойства токсинов, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Таксономия поражающих факторов бактериологического (биологического) оружия, средства и способы его применения. Характеристика наиболее опасных инфекционных заболеваний, возбудители которых применяют в качестве бактериологических средств: чума, сибирская язва, сап, холера, сыпной тиф. Селекция микроорганизмов и индекс контагиозности (заразности). Способы противодействия применению бактериологического оружия. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
2.	*Лекция № 4. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть II. Химическое оружие.* *Дидактический компонент № 1. Негативные химические факторы среды обитания.* Таксономия вредных веществ. Таксономия опасных химических веществ. Таксономия аварийно химически опасных веществ (по преимущественному синдрому, возникающему при остром отравлении; по скорости проявления поражающего действия на незащищённых людей). Сильнодействующие ядовитые вещества. Физико-химические свойства и поражающее действие основных аварийно химически опасных веществ (хлор, аммиак, сероводород, нитрил акриловой кислоты, синильная кислота, фосген, бензол, метилмеркаптан, двуокись серы). Токсичность и критерии её определения. Факторы токсических эффектов. Таксономия отдалённых токсических эффектов. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Химическое оружие.* Основные характеристики химического оружия. Таксономия отравляющих веществ (по физиологическому действию на организм человека, по стойкости, по токсическому назначению). Основные параметры, регулирующие поражающее действие отравляющих веществ (концентрация, доза, токсическая доза, плотность заражения). Особенности токсического действия отравляющих веществ. Особенности токсического действия V_x. Особенности токсического действия зарина. Особенности токсического действия иприта. Особенности токсического действия бизеда. Особенности токсического действия си-эс. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
3.	*Лекция № 5. Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций.* *Дидактический компонент № 1. Пути предотвращения чрезвычайных ситуаций.* Принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Ориентирующие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Технические принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Управленческие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Организационные принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. *Дидактический компонент № 2. Организационные основы безопасности жизнедеятельности.* Государственная политика защиты окружающей среды и органы управления, контроля и надзора по охране природы, их функции. Задачи и полномочия органов управления Российской Федерации и её субъектов в области охраны природы. Качество и мониторинг окружающей природной среды, экологическая экспертиза, паспортизация и ответственность за экологические правонарушения. Управление обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Организация и функции служб охраны труда на предприятии. Обеспечение техники безопасности на производстве. Управление обеспечением организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и ликвидации их последствий. Действия населения по предотвращению / снижению интенсивности воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Дидактический компонент № 3. Правовые и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности.* Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны окружающей среды в Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Трудовой кодекс Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с организацией работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и в связи с ликвидацией их последствий. Нормативно-техническая документация по охране окружающей среды в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по охране труда в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и по ликвидации их последствий. *<u>Образовательные технологии:</u>* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
4.	*Лекция № 6. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций.* *Дидактический компонент № 1. Методология и система.* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона в Российской Федерации. Российский корпус спасателей. Территориальные и функциональные подсистемы РСЧС. Уровни РСЧС: объектовый, местный, территориальный, региональный, федеральный. Координационные органы РСЧС: межведомственные и ведомственные комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций, региональные центры аналогичного назначения, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов местного самоуправления и комиссии по чрезвычайным ситуациям объектов. Постоянно действующие органы управления РСЧС, специально уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (органы управления по делам ГОЧС). Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства постоянной готовности РСЧС (силы и средства наблюдения и контроля; силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций). Резервы финансовых и материальных ресурсов РСЧС. Системы связи, оповещения, информационного обеспечения РСЧС. Координация планов и мероприятий гражданской обороны и по ликвидации чрезвычайных ситуаций в целом с экономическими планами (в рамках бюджетов Российской Федерации, субъектов Федерации, а также федеральных органов исполнительной власти). *Дидактический компонент № 2. Основные способы защиты.* Принципы организации и способы защиты населения. Первый способ защиты – укрытие населения в защитных сооружениях. Таксономия защитных сооружений. Инженерно-строительные характеристики защитных сооружений. Режимы вентиляции и внутреннее оборудование убежищ. Коэффициент ослабления радиации. Правила приспособления сооружения под ПРУ. Правила поведения в защитном сооружении. Второй способ защиты – эвакуация населения и рассредоточение рабочих и служащих. Цель, организация, порядок выполнения эвакуационных мероприятий. Контингент населения, подлежащий эвакуации в чрезвычайных ситуациях. Цель, организация, порядок рассредоточения рабочих и служащих. Третий способ защиты – использование населением средств индивидуальной защиты. Таксономия средств индивидуальной защиты (по предназначению; по способу изготовления; по принципу защиты; по способу обеспечения). Порядок снятия противогазов в защитном сооружении. Оказание первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях. *<u>Образовательные технологии:</u>* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
4.	*Лекция № 7. Организация и проведение защитных мер от чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения.* *Дидактический компонент № 1. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Пути защиты от поражений различного генеза.* Противорадиационная, противохимическая, противобактериологическая защита: предназначение, состав мероприятий (выявление и оценка радиационной, химической и бактериологической обстановки; организация и проведение дозиметрического, химического контроля; обеспечение личного состава формирований гражданской обороны, рабочих, служащих и других категорий населения средствами индивидуальной противохимической и медицинской защиты; ликвидация последствий радиоактивного, химического и бактериологического заражения) и порядок их проведения. Основные правила поведения и оптимальные действия населения в условиях радиоактивного, химического и бактериологического заражения (меры безопасности и правила поведения людей на заражённой местности; порядок преодоления участков местности, заражённых радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок приготовления и приёма пищи на местности, заражённой радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок обеззараживания рабочего места, квартиры, дома). Поражения радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами и бактериальными средствами. Защита и обеззараживание продовольствия и воды в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. *Дидактический компонент № 2. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Специальные технологии защиты.* Спасательные и другие неотложные работы: предназначение, виды, задачи, условия успешного проведения, состав участников, порядок организации и проведения в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в районе аварии на радиационно опасном объекте или в очаге ядерного поражения. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге химического поражения при аварии на химически опасном объекте или при применении химического оружия. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге бактериологического поражения. Специфика действий формирований гражданской обороны в очаге комбинированного поражения. *Дидактический компонент № 3. Основы устойчивости работы объектов.* Цель и основные факторы, влияющие на обеспечение устойчивости работы объекта, как в мирное, так и в военное время. Организация и порядок оценки устойчивости работы объекта. Этапы исследования устойчивости работы объекта. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию ударной волны ядерного (обычного) взрыва. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию светового (лучисто-огневого излучения). Оценка устойчивости работы объекта к воздействию проникающей радиации и радиоактивного заражения. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию вторичных поражающих факторов. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию отравляющих веществ, аварийно химически опасных веществ, бактериальных средств. Пути повышения устойчивости функционирования производственных объектов с учётом вероятности возникновения чрезвычайных ситуаций. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

А	*Б*	*В*
5.	*Лекция № 8. Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности.* *Дидактический компонент № 1. Безопасность труда как составная часть антропогенной экологии.* Таксономия антропогенной экологии. Государственный надзор и контроль над охраной труда, соблюдением трудового законодательства. Государственная экспертиза условий труда и экспертиза промышленной безопасности. Общественный контроль над охраной труда. Внутрихозяйственный контроль и обеспечение безопасных условий труда работодателем. Система управления охраной труда в организациях и на предприятиях: цели, принципы построения, функции и задачи. Расследование и учёт несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний. *Дидактический компонент № 2. Пожарная безопасность.* Таксономия, статистика и причины пожаров. Физико-химические основы процесса горения. Оценка риска возникновения пожара. Мероприятия по снижению пожара. Спасение людей при пожаре. Способы и средства тушения пожаров. Профилактика возникновения и распространения пожаров. Организация и управление противопожарной безопасностью. Государственная противопожарная служба. Пожарно-сторожевая охрана. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
А	*Б*	*В*
2.	*Практическое занятие № 1. Негативные факторы среды обитания человека.* *Дидактический компонент № 1. Среда обитания в системе «человек – среда обитания».* Космос как возможная среда обитания. Атмосфера как среда обитания и средство фототермической защиты Земли. Ультрафиолетовое излучение, его три биологические зоны и способность вызывать разрушительные фотохимические процессы на молекулярном уровне. Литосфера как среда обитания. Гидросфера как среда обитания. Биосфера как среда обитания. Ноосфера и интеллект. Ноксосфера и человек. Техносфера как среда обитания. *Дидактический компонент № 2. Негативные физические факторы среды обитания. Техногенные опасности.* Таксономия негативных физических факторов среды обитания. Таксономия техногенных опасностей и их поражающие факторы. Таксономия механических опасностей. Механические и акустические колебания, их роль в процессах жизнедеятельности. Таксономия производственного шума. Действие электрического тока на организм человека. Электромагнитные поля, их определяющая роль в биопроцессах. *Дидактический компонент № 3. Природные и техногенные электромагнитные излучения и жизнедеятельность.* Шкала электромагнитных волн. Неионизирующее и ионизирующее излучения, инфракрасное излучение и радиоизлучение как элементы среды обитания. Видимый диапазон электромагнитных излучений. Ультрафиолетовое излучение как элемент среды обитания и источник опасности для человека. Лазерные излучения, их роль в процессах жизнедеятельности. Корпускулярное ионизирующее излучение как источник опасности для человека. Фотонное ионизирующее излучение. Рентгеновское излучение как источник опасности для человека. Гамма-излучение как источник опасности для человека. *Дидактический компонент № 4. Негативные биологические факторы среды обитания. Биологические опасности.* Содержание понятия «биологические опасности». Таксономия биологических опасностей. Таксономия негативных биологических факторов среды обитания. Пандемия и эпидемия. Панзоотия и эпизоотия. Панфитотия и эпифитотия. Микроорганизмы как источник постоянной опасности для человека: виды, краткая характеристика, закономерности роста и размножения. Бактериологическое нормирование. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний человека. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных животных. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных растений. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2

А	*Б*	*В*
2.	*Практическое занятие № 2. Основы антропогенеза и экологии в контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности.* *Дидактический компонент № 1. Человек в системе «человек – среда обитания». Антропогенные опасности и их поражающие факторы.* Экологические факторы среды обитания. Гомосфера и схема жизнедеятельности человека. Взаимосвязь факторов окружающей природной и социальной сред, влияющих на здоровье человека. Антропогенез, антропогенные (антропические) факторы и их источники. Таксономия антропогенных опасностей и их поражающие факторы. Индекс загрязнения, предельно допустимая концентрация, фоновая концентрация, токсическая концентрация. Система мониторинга окружающей среды. Государственная наблюдательная сеть за загрязнением окружающей среды Федеральной службы России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды. *Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Экологические опасности.* Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающие научно-технический прогресс. Таксономия экологических опасностей и их поражающие факторы. Экологически опасные объекты: тяжёлые металлы и их соединения; пестициды (дефолианты, зооциды, арборициды, акарициды, инсектициды, фунгициды, детергенты); диоксины; соединения серы, фосфора и азота; фреоны (хладоны). Источники загрязнения воздуха, способы его защиты, критерии контроля его качества и методы его очистки. Источники загрязнения водного бассейна. Методы очистки и обеззараживание воды. Источники загрязнения почв. Продукты питания и экология. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2
2.	*Практическое занятие № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза.* *Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на опасных объектах.* Таксономия опасных объектов. Особенности аварий на пожароопасных и взрывоопасных объектах промышленности. Особенности аварий на газопроводах, нефтепроводах, аммиакопроводах и продуктопроводах. Особенности аварий на транспорте. Аварии на трубопроводах, вызвавшие выброс большой массы транспортируемых веществ и загрязнение ими окружающей среды. Аварии на энерго- и других инженерных сетях, повлёкшие нарушение нормальной жизнедеятельности населения в результате возникновения вторичных факторов. Особенности аварий на гидротехнических сооружениях. *Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на радиационно опасных объектах.* Особенности аварий на объектах атомной энергетики. Аварии на транспорте с радиоактивным загрязнением территории. Аварийное облучение людей как основной поражающий фактор аварий на радиационно опасных объектах. Характер отличий радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте от радиационной обстановки в результате ядерного взрыва. Радиационный контроль состояния окружающей среды. *Дидактический компонент № 3. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на химически опасных объектах. Аварии на бактериологически опасных объектах.* Особенности аварий на химически опасных объектах. Вероятные причины возникновения аварий на химически опасных объектах. Аварии на химически опасных объектах с выбросом (утечкой) в окружающую среду сильнодействующих ядовитых веществ. Аварии на водных коммуникациях [происшествия, которые повлекли значительное количество человеческих жертв или вызвали загрязнение территорий (акваторий) нефтепродуктами и (или) химически опасными веществами]. Химический контроль состояния окружающей среды. Аварии с выбросом (утечкой) в окружающую среду бактериологических средств и биологических веществ в концентрациях, превышающих допустимые значения. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2

А	*Б*	*В*
2.	*Интерактивное практическое занятие № 4. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Природные опасности.* *Дидактический компонент № 1. Литосферные и гидросферные опасности.* Содержание понятия «природные опасности». Закономерности существования, развития и распространения природных опасностей. Таксономия природных опасностей (по локализации) и их поражающие факторы. Взаимообусловленность происхождения природных опасностей. Землетрясение, извержение вулкана, обвал, оползень, сель, снежная лавина как литосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Наводнение и цунами как гидросферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). *Дидактический компонент № 2. Атмосферные и космические опасности.* Циклон, антициклон, муссон, пассат. Атмосферное давление. Ливень, туман, гололёд, гром, молния, гроза, ураган, буря, шторм, тайфун, смерч, торнадо как атмосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Астероид, комета и космическое излучение как космические опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Таксономия фотобиологических процессов (по функциональной роли). Содержание понятия «стихийное бедствие». Воздействие поражающих факторов природных явлений на процессы жизнедеятельности. *<u>Образовательные технологии:</u>* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [эвристическая беседа (сократический диалог) / дискуссия / презентации студентов / метод «круглого стола» / метод «мозгового штурма» / творческие задания / методика «займи позицию» / групповое обсуждение / методика «дерево решений» / методика «ПОПС-формула»]; кейс-технология.	2

А	*Б*	*В*
2.	*Практическое занятие № 5. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания.* *Дидактический компонент № 1. Негативные психофизиологические факторы среды обитания.* Сенсорные системы с точки зрения теории безопасности жизнедеятельности. Психические состояния человека в контексте теории безопасности жизнедеятельности. Повышенные психические напряжения, характерные для различных видов профессиональной деятельности. Методы повышения безопасности жизнедеятельности, обусловленные психологическими факторами возникновения опасных ситуаций и несчастных случаев. Совместимость элементов системы «человек – среда обитания». Пути управления факторами среды обитания. *Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Социальные опасности.* Таксономия социальных опасностей (по природе возникновения, по масштабам распространения, по демографическим признакам, по способу организации) и их поражающие факторы. Источники социальных опасностей и пути их распространения. Принципы и условия формирования негативного социального поведения, способы и приёмы их профилактики. Наркомания как социальная опасность. Алкоголизм как социальная опасность. Курение как социальная опасность. Самоубийство как социальная опасность. Здоровый образ жизни. *Дидактический компонент № 3. Терроризм как актуальная социальная опасность современности. Основы противодействия терроризму: существованию, развитию и распространению.* Содержание понятий: «война», «насилие», «террор», «терроризм». Цель, задачи, признаки и сущность терроризма. Состав субъектов и объектов террористической деятельности. Виды терроризма – содержание, сходства и различия между ними. Терроризм как актуальная социальная опасность современности: предпосылки возникновения, механизм функционирования и воздействия на человека, спектр последствий, способы защиты, меры профилактики. Проблемы противодействия терроризму различного генеза. Рекомендации населению по предотвращению террористических актов. Основные и перспективные средства для борьбы с терроризмом. Терроризм и терроризирование как свойства преступного деяния и как признаки состава преступления. Терроризм как социокультурное явление. Финансирование терроризма как вид организованной преступности. Политический терроризм как форма этнического и религиозного экстремизма. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2
2.	*Практическое занятие № 6. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза. Размеры и структура зон поражения.* Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при ядерном взрыве. Размеры и структура очага ядерного поражения. Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при аварии на атомной электростанции. Параметры, определяющие размеры зон химического заражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Параметры, определяющие размеры зоны химического заражения, образующейся в результате аварии на химически опасном объекте. Таксономия очагов химического поражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Таксономия очагов химического поражения аварийно химически опасными веществами. Параметры, определяющие размеры зоны бактериологического заражения. Очаг бактериологического поражения, карантин и обсервация. Характеристика очага комбинированного поражения. *Образовательные технологии:* - традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).	2

А	*Б*	*В*
4.	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 7. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения.* Принцип действия полевых дозиметрических приборов. Схема устройства дозиметрического прибора. Общее устройство и правила работы с радиометром-рентгенметром ДП–5А (Б): предназначение, комплектность, панель измерительного пульта, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение гамма-излучений, измерение бета-излучений. Общее устройство и правила работы с комплектом индивидуальных дозиметров ДП–22В (ДП–24): предназначение, комплектность, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение индивидуальных доз гамма-излучения. Общее устройство и правила работы с войсковым прибором химической разведки (ВПХР): предназначение, принцип действия, комплектность, подготовка прибора к работе, порядок работы с двумя индикаторными трубками с красным кольцом и красной точкой (для определения зарина, зомана, V_x), порядок работы с трубкой с тремя зелёными кольцами (для определения фосгена, дифосгена, синильной кислоты и хлорциана), порядок работы с индикаторной трубкой с одним жёлтым кольцом (для определения иприта). *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме ознакомления с устройством и алгоритмами работы приборов радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения).	2
4.	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 8. Методика прогнозирования радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве.* Общие понятия о радиационной обстановке и её оценке. Приведение уровней радиации к одному времени после взрыва (задача № 1). Определение возможных доз облучения при действиях на местности, заражённой радиоактивными веществами (задача № 2). Определение допустимой продолжительности пребывания людей на заражённой местности (задача № 3). Определение допустимого времени начала преодоления зон радиоактивного заражения (задача № 4). Определение времени начала и продолжительности ведения аварийно-спасательных и других неотложных работ на заражённой радиоактивными веществами местности (задача № 5). Определение режимов радиационной защиты рабочих, служащих и производственной деятельности объекта (задача № 6). Определение возможных радиационных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 7). *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).	2

А	*Б*	*В*
4.	*Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 9. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.* Общие понятия о химической обстановке. Определение размеров и площади зоны химического заражения, границ очага химического поражения и типа отравляющего вещества (задача № 1). Определение глубины распространения заражённого воздуха (задача № 2). Определение стойкости отравляющих веществ на местности и технике (задача № 3). Определение допустимого времени пребывания людей в средствах защиты (задача № 4). Определение возможных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 5). Определение степени химической опасности объекта (задача № 6). Определение вероятных размеров зон химического заражения и площади заражения при аварии на химически опасном объекте (задача № 7). Расчёт параметров движения облака аварийно химически опасного вещества при аварии на химически опасном объекте (расчёт времени подхода облака заражённого воздуха к населённому пункту; задача № 8). Определение потерь людей от действия аварийно химически опасного вещества (задача № 9). Общие положения и содержание оценки пожарной обстановки. Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в очаге ядерного поражения (задача № 10). Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в мирное время (задача № 11). *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).	2

А	*Б*	*В*
5.	*Интерактивное практическое занятие № 10. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.* *Дидактический компонент № 1. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Метеоусловия, микроклимат, механические опасности и колебания, акустические колебания, электричество.* Основы обеспечения безопасности человека в сложных метеоусловиях. Параметры микроклимата производственной среды. Способы защиты от механических опасностей. Нормирование и защита от акустических загрязнений. Методы защиты от шума. Методы защиты от ультразвука при воздушном облучении. Защита от действия ультразвука при контактном облучении. Способы защиты от вибраций (борьба с вибрацией в источнике её возникновения; отстройка от режима резонанса; вибродемпфирование; виброгашение; виброизоляция). Поражения электрическим током: электрические травмы и электрические удары. Защита от поражения электрическим током. *Дидактический компонент № 2. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Излучения.* Способы защиты от электромагнитных полей и излучений. Принципы и меры радиационной безопасности при работе с источниками ионизирующих излучений. Методы и средства защиты от ионизирующих излучений. Защита от внутреннего облучения. Гигиеническое нормирование ионизирующих излучений (нормы радиационной безопасности). Основы обеспечения радиационной безопасности на атомной электростанции. Безопасность при обращении с радиоактивными отходами атомных электростанций. Нормирование и защита от неионизирующих электромагнитных излучений различных спектральных диапазонов. *Дидактический компонент № 3. Пути защиты человека от негативных химических, биологических и психофизиологических факторов производственной среды.* Нормирование вредных и токсичных веществ. Предупреждение загрязнения воздушной среды. Защита человека от вредных и ядовитых примесей в воздухе. Предупреждение химических ожогов. Защита от негативных биологических факторов. Профориентация и профотбор. Опасные действия работников в процессе трудовой деятельности. Профессионально важные качества работников. Система работы с персоналом. Основы нормализации условий труда по тяжести и напряжённости трудового процесса. Рабочая поза. *Дидактический компонент № 4. Обеспечение безопасности в сфере физической культуры.* Техника безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) организации физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. Технология оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Методы контроля за соблюдением правил и норм охраны труда, техники безопасности, обеспечением охраны жизни и здоровья обучающихся в процессе физкультурно-спортивных занятий. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. *<u>Образовательные технологии:</u>* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [эвристическая беседа (сократический диалог) / дискуссия / презентации студентов / метод «круглого стола» / метод «мозгового штурма» / творческие задания / методика «займи позицию» / групповое обсуждение / методика «дерево решений» / методика «ПОПС-формула»]; кейс-технология.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	*Лекция № 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.* Безопасность жизнедеятельности как научная дисциплина: актуальность изучения, цель изучения, задачи изучения, объект изучения, предмет изучения, методы изучения. Основные термины и понятия, определяющие сферу безопасности жизнедеятельности. Виды безопасности. Разделы безопасности жизнедеятельности. Номенклатура опасностей, порядок составления и целесообразность её применения. Классификация опасностей как инструмент понимания их природы. Принципы возникновения и классификация чрезвычайных ситуаций. Теоретические и практические основы безопасности в системе «человек – среда обитания – машины – чрезвычайные ситуации». Аксиомы безопасности жизнедеятельности. Безопасность жизнедеятельности как учебная дисциплина: актуальность изучения для будущего специалиста, цель изучения, задачи изучения, методы изучения. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2
3.	*Лекция № 2. Теоретико-методологические аспекты обеспечения безопасности жизнедеятельности.* Пути предотвращения чрезвычайных ситуаций. Принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Ориентирующие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Технические принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Управленческие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Организационные принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности. Системы безопасности объектов. Действия населения по предотвращению / снижению интенсивности воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени. *Образовательные технологии:* - традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
А	*Б*	*В*
2.	*Интерактивное практическое занятие № 1. Система «человек – среда обитания» как объект научного анализа.* Ноксосфера. Космос. Атмосфера. Литосфера. Гидросфера. Биосфера. Ноосфера. Техносфера. Гомосфера. Среда обитания в системе «человек – среда обитания». Человек в системе «человек – среда обитания». Фототермическая защита Земли атмосферой. Воздействие поражающих факторов природных явлений на процессы жизнедеятельности. Природные и техногенные физические поля и жизнедеятельность. Механические и акустические колебания, их роль в процессах жизнедеятельности. Электромагнитные поля, их определяющая роль в биопроцессах. Ионизирующее излучение. Видимый диапазон электромагнитных излучений. Источники антропогенных факторов. Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций антропогенного характера. Размеры и структура зон поражения. Особенности аварий на объектах атомной энергетики. Радиационный и химический контроль состояния окружающей среды. Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающие научно-технический прогресс. Основные виды загрязнений окружающей среды. Источники загрязнения воздуха. Источники загрязнения водного бассейна. Источники загрязнения почв. Принципы рационального природопользования. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [дискуссия / презентации студентов / творческие задания / групповое обсуждение]; кейс-технология.	2

А	*Б*	*В*
4.	*Интерактивное практическое занятие № 2. Принципы организации и способы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях различного генеза.* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Первый способ защиты – укрытие населения в защитных сооружениях. Второй способ защиты – эвакуация населения и рассредоточение рабочих и служащих. Третий способ защиты – использование населением средств индивидуальной защиты. Противорадиационная, противохимическая, противобактериологическая защита: предназначение**,** состав мероприятий и порядок их проведения. Основные правила поведения и оптимальные действия населения в условиях радиоактивного, химического и бактериологического заражения. Поражения радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами и бактериальными средствами. Защита и обеззараживание продовольствия и воды. Спасательные и другие неотложные работы: предназначение**,** виды и порядок их проведения в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. Оказание первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях. Основы устойчивости работы объектов. Пути повышения устойчивости функционирования производственных объектов с учётом вероятности возникновения чрезвычайных ситуаций. *Образовательные технологии:* - нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [дискуссия / презентации студентов / творческие задания / групповое обсуждение]; кейс-технология.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Абраменко, М.Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / М.Н. Абраменко, А.В. Завьялов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572424
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / А.А. Солдатов, Н.П. Кириллов, М.Ю. Мартынова и др. ; Российский государственный социальный университет. – Москва : Российский государственный социальный университет, 2019. – 556 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574155
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Е.И. Холостовой, О.Г. Прохоровой. – 2-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2019. – 453 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573161
4. Михайлова, Д.А. Теоретические основы безопасности человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 367 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Уколова, И.П. Основы международной безопасности : учебное пособие / И.П. Уколова. - СПб. : [Б. и.], 2018. – 154 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 399 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01400-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450015
2. Ерёмин, И.Б. Теоретические основы безопасности на объекте спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Б. Ерёмин, А.И. Лебедев, А.В. Хитёв. - СПб. : [б.и.], 2018. – 114 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / И.В. Бабайцев [и др.]; под ред. Б. С. Мастрюкова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 294, [1] с. : ил.
4. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский [и др.]; под ред. С. А. Полиевского. - Москва : Академия, 2013. - 365, [1] с. : ил.
5. Каракеян, В.И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для студентов вузов, обучающихся по всем направлениям / В.И. Каракеян, И.М. Никулина. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 312, [1] с. : ил.
6. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / В.Ю. Микрюков. - Москва : Кнорус, 2013. - 331, [2] с. : ил.
7. Михайлова, Д.А. Методика обучения предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" и дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие / [сост. А. Н. Приешкина и др.]. - Омск :

[Изд-во СибГУФК], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/448325
10. Рубис, Л.Г. Безопасность в спортивном туризме [Текст] : учебное пособие / Л.Г. Рубис, Т.Ю. Тарасеня; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - 118 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)
  Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №8** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-38шт., стул-108шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., Компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG)-1шт
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №19** (2 этаж, нежилое помещение №6) – Специализированная мебель: Учебный стол-12 шт.; скомья-12 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: Доска меловая-1шт., наглядные учебные пособия (аптечки индивидуальные-6шт., противогазы-5шт.)
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая культура и спорт

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д. руководитель ОПОП

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» июня 2019г., протокол №9

Зав. кафедрой _____Курамшин Ю.Ф.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» _____06_____20 19г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Доцент кафедры ТиМФК,
к.п.н., доцент Липовка А.Ю.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе заочной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря	Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря
	УК- 7.2 Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической	Умения: самостоятельно оценивать уровень физической

	подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности	подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		30	-	-	30	-	-	-	-	-
В том числе:				-						
Занятия лекционного типа		12	-	-	12	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		18	-	-	18	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		6	-	-	6	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		36	-	-	36	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	-	-	72	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**2**	-	-	2	-	-	-	-	-

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		8	-	-	-	8	-	-	-	-	-
В том числе:		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Занятия лекционного типа		8	-	-		8	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		4	-	-	-	4	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		60				60	-	-		-	-
В том числе:											
Выполнение контрольной работы		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	-	-	-	72	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	**2**	-	-	-	2	-	-	-	-	-

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая концепция физической культуры	Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Цель, задачи физической культуры. Структура и функции физической культуры. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры и физической подготовленности в различные периоды жизни человека.	Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни;
2.	Методические основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность, способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов	Знает: - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; Умения: - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;

		спорта и ИВС	
3.	Контроль, самоконтроль и техника безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом	Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках.	Знания: - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; Умения: - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности
4.	Основы здорового образа жизни	Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	Знания: - основы организации здорового образа жизни;
5	Спорт. Физическая культура и спорт в профессиональной деятельности	Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	Знания: - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека.	2
1.	Лекция № 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность,	2

	способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий.	
2.	Лекция № 3. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС.	2
3.	Лекция № 4. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Методы контроля в ИВС. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках.	2
4.	Лекция № 5. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2
5.	Лекция № 6. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Практическое занятие 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека.	2
1.	Практическое занятие 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Понятие об общей и специальной физической подготовке.	2
2.	Практическое занятие 3. Планирование, управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений. Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС.	2
2.	Практическое занятие 4. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий.	2
3.	Практическое занятие 5. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития.	2

	Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.	
3.	Практическое занятие 6. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках.	2
4.	Практическое занятие 7. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2
5.	Практическое занятие 8. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация.	2
5.	Практическое занятие 9. Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС. Профессиограмма специалиста.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция № 1. Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Структура физической культуры. Виды физической культуры. Основные понятия теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Роль физической культуры в различные периоды жизни человека.	2
1.	Лекция № 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий.	2
2	Лекция № 3. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений. Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание). Формы, требования к документам планирования и учёта учебно-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ИВС. Методика развития физических качеств средствами базовых видов спорта.	2
3,4,5	Лекция № 4. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Методы контроля в ИВС. Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках, правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. Характеристика основных понятий, используемых в сфере спорта. Основные понятия Федерального закона Российской Федерации №329 «О физической культуре и спорте». Функции спорта. Многообразие видов спорта, их классификация. Профессиограмма специалиста.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. 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
2. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/446683
3. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : [учебное пособие] / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577
4. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454861
5. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. - Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. - 65 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-00032-250-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033
6. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Высшая школа народных искусств (институт). - Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. - 106 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906697-32-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Педагогика" / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н. Н. Маликова. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 526 с. : ил.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура [Текст] : учебник по дисциплине "Физическая культура" для студентов, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - Москва :Кнорус, 2016. - 311 с. : ил.
3. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.
4. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст] : учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва. - Москва :Юрайт, 2016. - 492, [1] с. : ил.

5. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 219 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-2997-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606
6. 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
7. Физическая культура [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по дисциплине "Физическая культура" / М.Я. Виленский [и др.]; под ред. М. Я. Виленского. - 3-е изд., стер. - Москва :Кнорус, 2016. - 423, [1] с.
8. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449973
9. Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - Москва :Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945
10. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 478, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/

Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №426** (4 этаж, нежилое помещение №6) – Специализированная мебель: Учебный стол-28 шт, скамья-28шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт. Оборудование: доска меловая-2шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., ноутбук Acer-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра социальных технологий и массовых коммуникации в спорте

Рабочая программа дисциплины (модуля)

РУССКИЙ ЯЗЫК И КУЛЬТУРА РЕЧИ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«04» ____06____ 20 19 г., протокол № 18

Зав. кафедрой _____ Росенко С.Ф

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Бердышева Н.Ю., к.ф.н.,
Бойкова Н.Г., к.ф.н., доцент

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке РФ и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке РФ и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Знает: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет правильно образовывать лексические единицы, правильно их сочетать и правильно их употреблять в русском и иностранном языках Владеет навыками правильного воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образования основных грамматических конструкций иностранного

	формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС. УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий	языка; - нормативного клише иностранного языка, необходимыми для письменной речи профессионального характера, основных языковых форм и речевых формул, служащих для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - всех основных видов чтения; - основных терминов и понятий в области пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с

	по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. УК-4.3. Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; -

		организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36		36						
В том числе:										
Занятия лекционного типа										
Занятия семинарского типа (семинары)		36		36						
Промежуточная аттестация (зачет)		6		6						
Самостоятельная работа студента		66		66						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**		108						
	зачетные единицы	**3**		3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Все го час ов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		4	4								
В том числе:											
Занятия лекционного типа											
Занятия семинарского типа (практические занятия)		4	4								
Промежуточная аттестация (зачет)		4	4								
Самостоятельная работа студента		100	100								
Выполнение контрольной работы		20	20								
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108								
	зачетные единицы	**3**	3								

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Понятие современного русского литературного языка.	1. Русский язык от Пушкина до наших дней. С 30-х гг. до наших дней. Текущий момент. 2.Происхождение русского языка (от индоевропейского праязыка, существующие группы языков	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и

			терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет: на русском языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на

			иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
2.	Понятие языковой нормы	1.Толковые и иные лингвистические словари. 2.Различия между лингвистическими и энциклопедическими словарями. 3.Заимствования, их значения, освоение, пуризм, англо-американская экспансия, антинормализаторство.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет: правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;
3	Различие устной и письменной речи как разных семиотических систем.	1.Реформы графики и орфографии. Принципы русской орфографии. 2.Правила пунктуации. Принципы русской пунктуации. 3.Орфоэпия. Понятие произносительной нормы. 4.История становления русской произносительной нормы.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта,

		Московская и петербургская произносительные нормы. 5.Диалект. Варианты нормы. Орфоэпические словари. 6.Интонация. Фоностилистика. Типичные интонационные ошибки.	образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет: на русском языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и

			профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
4	Грамматическая норма	1.Склонение числительных. 2.Виды связи в словосочетаниях. Ошибки в употреблении видов связи.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет: на русском языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий

			по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; -
5	Функциональные стили речи.	1. Анализ текстов научного и официально-делового стилей. 2. Композиция публичного выступления. Убеждающий монолог. Виды аргументов. Анализ текстов убеждающего монолога.	Знает основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП Умеет: на русском языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; .

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** ПОНЯТИЕ СОВРЕМЕННОГО РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА. **План** 1.Русский язык от Пушкина до наших дней. 2. С 30-х гг до наших дней. Текущий момент. **Вопросы для обсуждения:** 1. Назовите свойства литературного языка. Какие изменения произошли в русском языке за последние два столетия?	2
1	**Практическое занятие 2.** ПРОИСХОЖДЕНИЕ РУССКОГО ЯЗЫКА **План** 1. Происхождение русского языка (от индоевропейского праязыка, существующие группы языков. 2. Кириллица: деятельность и заслуги Кирилла и Мефодия. 3. Вопрос о старославянском языке. **Вопросы для обсуждения** 1.К какой группе языков относится русский язык? 2.Признаки старославянизмов	2
2	**Практическое занятие № 3.** ПОНЯТИЕ ЯЗЫКОВОЙ НОРМЫ	2

	План: 1. Толковые и иные лингвистические словари. 2. Различия между лингвистическими и энциклопедическими словарями. 3. Заимствования, их значения, освоение, пуризм, англо-американская экспансия, антинормализаторство. **Вопросы для обсуждения**: 1. Чем отличаются лингвистические словари от энциклопедических? 2. В чем заключается суть пуризма? Явление антинормализаторства.	
2	**Практическое занятие № 4.** АНАЛИЗ СЛОВАРНОЙ СТАТЬИ. **План** 1. БАС, МАС, Ожегов, Даль, Ушаков – каждый словарь как уникальное произведение. 2. Разновидности нормы, представленные в словарной статье. **Вопросы для обсуждения:** 1. Сравните словарные статьи, взятые из разных словарей. Что в них общего? Какую различающую их информацию содержит каждый словарь? 2. Расскажите о системе помет в словаре С.И.Ожегова. В чем причина популярности словаря Ожегова? 4. Сравните словарную статью, составленную вами, с соответствующими словарными статьями в одном из толковых словарей.	2
2	**Практическое занятие № 5.** ЯРУСЫ ЯЗЫКОВОЙ СИСТЕМЫ. **План** 1.Фонетика и орфоэпия. 2.Произносительная норма. 3.Звуковые законы русского языка. 4.Вариантность орфоэпических норм. 5.Орфоэпические словари. **Вопросы для обсуждения:** 1. О каких признаках нормы свидетельствуют ее варианты? 2. Как владение нормами литературного языка может помочь вам в вашей будущей профессиональной деятельности? 3. Почему, по вашему мнению, необходимо соблюдать произносительные нормы? Каковы основные правила произношения гласных и согласных звуков в современном русском языке?	2
3	**Практическое занятие № 6.** РУССКОЕ СЛОВЕСНОЕ УДАРЕНИЕ. **План** 1. Словесное ударение и звукопроизношение. 2. Орфоэпический минимум. 3.Интонация. 4.Практикум: чтение текстов. **Вопросы для обсуждения:** 1. Расскажите об основных особенностях русского ударения, о различных акцентологических вариантах. 2. К каким словарям можно обратиться в случае затруднений в выборе произносительного варианта?	2
3	**Практическое занятие № 7.** ЛЕКСИКОЛОГИЯ. **План** 1.Семантические отношения в лексической системе. 2.Синонимы, антонимы, паронимы. 3.Определение синонимических рядов в тексте, составление синонимических рядов.	2

	Вопросы для обсуждения: 1. Что такое синонимы, антонимы и паронимы? 2. Каковы причины нарушения точности речи? 3. Как лексическая синонимия способствует созданию выразительности речи? Составить словосочетания с предложенными словами.	
3	**Практическое занятие № 8.** **Тема для практической работы:** ЛЕКСИЧЕСКАЯ ТИПОЛОГИЯ. ЗАИМСТВОВАНИЯ **План** 1.Происхождение лексики русского языка. 2.Старославянизмы. 3.Заимствования из западноевропейских языков. 4.Ошибки в употреблении иностранных слов **Вопросы для обсуждения:** 1. Какова роль старославянизмов в создании выразительности речи? 2. Источники происхождения лексики русского языка. 3. Когда отмечается праздник русской письменности? 4.Какие заимствования характеризуют современное состояние русского языка?	2
3	**Практическое занятие № 9.** **Тема для практической работы:** ГРАММАТИКА **План** 1.Разделы грамматики. 2.Имя числительное. 3.Склонение числительных**.** **Вопросы для обсуждения:** 1. Каковы нормы употребления именных частей речи? 2. Какие словари нужно использовать в случае затруднений определения грамматических норм? *3.* Как правильно склоняются количественные числительные? *(С применением интерактивных форм)*	2
3	**Практическое занятие № 10.** Стилистические ресурсы синтаксиса простого предложения. Стилистические ресурсы синтаксиса сложного предложения. Нестилистические ошибки Виды связи в словосочетаниях. Ошибки в употреблении видов связи.	2
4	**Практическое занятие № 11.** **Тема для практической работы:** ДИАЛЕКТОЛОГИЯ. ФРАЗЕОЛОГИЯ. **План** 1. Социальные и региональные диалекты. 2.Фразеология. 3**.** Фразеологический минимум. **Вопросы для обсуждения:** 1.Какую речь мы называем выразительной? 2.Какова роль фразеологии в создании выразительности речи?	2
8	**Практическое занятие № 12.** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. НАУЧНЫЙ СТИЛЬ. **План** 1.Стилистическое значение. 2.Функциональные стили русского языка. 3.Научный стиль. 4.Практикум: написание текстов научного стиля. 5. Подстили научного стиля. 6. Анализ текста научного стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1. Какие функциональные стили выделяются в современном русском языке?	2

	2. Что мы вкладываем в понятие «современный научный стиль?» 3. Каковы стилевые черты научного стиля? 4. Какие языковые средства реализации черт научного стиля вам известны? 5. Как реализуется обобщенность научного стиля? 6. Как подчеркивается логика научного изложения? 7. Какими способами вводятся в научный текст термины? 8. Какие жанры можно выявить в научном стиле?	
5	**Практическое занятие № 13.** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. ОФИЦАЛЬНО-ДЕЛООЙ СТИЛЬ. **План** 1.Языковые особенности официально-деловой стиль. 4.Практикум: написание текстов официально-делового стиля. 5. Подстили официально-делового стиля. 6. Жанровое своеобразие официально-делового стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный официально-деловой стиль? 2.Каковы стилевые черты официально-делового стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт официально-делового стиля вам известны? 4.Что такое канцелярит? 5.Какие жанры можно выявить в официально-деловом стиле?	2
5	***Практическое занятие № 14.*** ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СТИЛИ РЕЧИ. ПУБЛИЦИСТИЧЕСКИЙ СТИЛЬ. **План** 1.Публицистический стиль. 2.Практикум: написание текстов публицистического стиля. 3. Анализ текста публицистического стиля. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный публицистический стиль?» 2.Каковы стилевые черты публицистического стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт публицистического стиля вам известны? 4.Как реализуется экспрессивность публицистического стиля? 5. Какие группы жанров можно выявить в публицистическом стиле?	2
5	***Практическое занятие № 15.*** Литературно-художественный стиль. Разговорный стиль. **План** 1.Литературно-художественный стиль. Разговорный стиль. 2.Практикум: написание и произнесение текстов литературно-художественного и разговорного стилей. 3. Анализ текстов. **Вопросы для обсуждения:** 1.Что мы вкладываем в понятие «современный литературно-художественный стиль?» 2.Каковы стилевые черты литературно-художественного стиля? 3.Какие языковые средства реализации черт литературно-художественного стиля вам известны? 4.Какие тропы литературно-художественного стиля вы знаете? 5. Какие жанры можно выявить в современном литературно-художественного стиле?	2
5	**Практическое занятие № 16.** Виды ораторской речи. Мастерство устного выступления **План** 1.Риторика и ораторское искусство. 2.Убеждающий монолог. **Вопросы для обсуждения:**	2

	1. Что представляет собой публичная речь? 2.Перечислите и дайте характеристику основным видам и родам риторики. 2. Расскажите об основных представителях античных риторик. Расскажите об основных	
5	**Практическое занятие № 17.** **Тема для практической работы**: КОМПОЗИЦИЯ УБЕЖДАЮЩЕГО МОНОЛОГА. **План** 1.Тезис, виды аргументов. 2.Структурно-композиционные особенности. **Вопросы для обсуждения:** 1.Перечислите основные приемы изложения и объяснения содержания речи. 2.В чем заключается специфика убеждающего монолога? 3.Какие существуют основные этапы подготовки к конкретному выступлению? 4.Что является главной составляющей подготовки к выступлению? 5.Что реализуется в главной части выступления? С чего целесообразно начать подготовку темы: а) с определения проблем; б) с выписки цитат; в) с составления плана; г) с поиска материалов?	2
5	**Практическое занятие № 18.** Произнесение текста убеждающего монолога на заданную тему.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие № 1.** ПОНЯТИЕ СОВРЕМЕННОГО РУССКОГО ЛИТЕРАТУРНОГО ЯЗЫКА. **План** 1.Русский язык от Пушкина до наших дней. 2. С 30-х гг до наших дней. Текущий момент. **Вопросы для обсуждения:** 2. Назовите свойства литературного языка. Какие изменения произошли в русском языке за последние два столетия?	2
5.	**Практическое занятие № 2** Функциональные стили русского языка. Цели языкового общения и факторы, определяющие успешность коммуникации **План** 1.Стилистическое значение. 2.Функциональные стили русского языка. 3. Анализ текстов разных функциональных стилей.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Деева, Н.В. Русский язык и культура речи : учебное пособие / Н.В. Деева, А.А. Лушпей ; Министерство культуры Российской Федерации, Кемеровский государственный институт культуры, Социально-гуманитарный институт, Кафедра литературы и русского языка. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры (КемГИК), 2017. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=487665
2. Сурикова, Т.И. Русский язык и культура речи [Текст] : учебник для академического бакалавриата по широкому кругу направлений и специальностей / Т.И. Сурикова, Н.И. Клушина, И.В. Анненкова; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова. - Москва : Юрайт, 2016. - 239 с. - (Бакалавр. Академический курс). - Гриф УМО высшего образования. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru.
3. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для академического бакалавриата по экономическим и гуманитарным направлениям и специальностям / под ред. В. Д. Черняк. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 362, [1] с. : ил.
4. Русский язык и культура речи. Семнадцать практических занятий : учебное пособие для вузов / Е. В. Ганапольская [и др.] ; под редакцией Е. В. Ганапольской, Т. Ю. Волошиновой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 304 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10423-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453282
5. Самсонов, Н. Б. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / Н. Б. Самсонов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 278 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06788-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452304

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аристархова, С.А. Русский язык и культура речи. Стили речи : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура" / С.А. Аристархова; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2014. – 92 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Введенская, Л.А. Русский язык и культура речи [Текст] : учебное пособие для вузов для бакалавров и магистрантов / Л.А. Введенская, Л.Г. Павлова, Е.Ю. Кашаева. - Изд. 32-е. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 539 с.
3. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для вузов / Т. Ю. Волошинова [и др.] ; под редакцией А. В. Голубевой, В. И. Максимова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 306 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06066-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449653
4. Голубева, А. В. Русский язык и культура речи. Практикум : учебное пособие для вузов / А. В. Голубева, З. Н. Пономарева, Л. П. Стычишина ; под редакцией А. В. Голубевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00954-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450441

5. Жаров, В.А. Русский язык и культура речи : учебное пособие / В.А. Жаров. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 160 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=442848
6. Козырев, В. А. Русский язык и культура речи. Современная языковая ситуация : учебник и практикум для вузов / В. А. Козырев, В. Д. Черняк. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07089-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452088
7. Культура русской речи [Текст] : учебник для студентов вузов / Российская академия наук ; Институт русского языка имени В. В. Виноградова ; отв. ред. Л. К. Граудина, Е. Н. Ширяев. - Москва : Норма : Инфра-М, 2013. - 549 с.
8. Мандель, Б.Р. Русский язык и культура речи: история, теория, практика : учебное пособие для студентов вузов [гуманитарного направления] / Б.Р. Мандель. - Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2014. - 265, [1] с.
9. Русский язык и культура речи: этический аспект изучения / под общ. ред. Л.А. Араевой ; отв. ред. Э.С. Денисова ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2018. – 131 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495257
10. Трофимова, Г.Т. Русский язык и культура речи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г.Т. Трофимова. - Великие Луки : [б. и.], 2012. – 167 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №8** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-38шт, стул-108шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., Компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №9** (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Компьютерные столы-18шт.; стул-34шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска интерактивная-1шт., компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG-18шт., проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки:
Физкультурно-оздоровительная деятельность

_____ **Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол №11

Зав. кафедрой _____ **Самсонова А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 20 19 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
Зав.каф., д-р. пед. наук, профессор
А.В. Самсонова
Доцент кафедры биомеханики, к.п.н.
С.В. Серов
Преподаватель А.Е. Озеркин

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на I курсе по очной форме обучения, на II курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(зачет).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикаторов достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-1.	Знает: - понятие и классификация систем; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами.	Знает: - понятие и классификация систем; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами.
	Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы.	Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы.
	Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми	Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми

	сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.	сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися				**48**						
В том числе:										
Занятия лекционного типа				12						
Занятия семинарского типа (практические занятия)				36						
Промежуточная аттестация (зачет)				6						
Самостоятельная работа студента				54						
Общая трудоемкость	**часы**			108						
	зачетные единицы			3						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися					**10**						
В том числе:											
Занятия лекционного типа					4						
Занятия семинарского типа (семинары)					6						
Промежуточная аттестация (зачет)					4						
Самостоятельная работа студента					94						
В том числе:											
Выполнение контрольной работы					20						
Общая трудоемкость	**часы**				108						
	зачетные единицы				3						

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет информатики	Сигналы. Данные, информация. Общая характеристика процессов сбора, передачи, обработки и накопления информации. Мировая история развития информации и средств вычислительной техники. История развития средств вычислительной техники в России, СССР. Принципы построения средств вычислительной техники. Логические основы ЭВМ. Классификация компьютеров. Основные внутренние и внешние устройства компьютера их назначение и основные технические характеристики.	Знает: - понятие и классификация систем; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета.
2.	Аппаратное обеспечение средств вычислительной техники	Классификация компьютеров. Основные внутренние и внешние устройства компьютера их назначение и основные технические характеристики.	Знает: - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - анализировать информационные ресурсы. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

3.	Программное обеспечение средств вычислительной техники	Классификация программных средств. Назначение программного обеспечения. Основные группы прикладного программного обеспечения. Структура, назначение этапы создания БД. Работа с реляционными базами данных. Основные элементы баз данных.	Знает: - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами.
			Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках.
			Имеет опыт: - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
4.	Компьютерные сети	Основные понятия сетей, топология, правила функционирования. Основные сетевые устройства. Программы для работы в сетях. Основные причины потери информации. Защита информации на персональном компьютере, в сетях и на сменных носителях.	Знает: - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами.
			Умеет: - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы.
			Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	**Лекция 1.** Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. Введение в информатику. Информатика как наука и учебная дисциплина. История развития информации и вычислительной техники. Организация информации и основные виды архитектуры ЭВМ. История вычислительной техники.	2
2	**Лекция 2**. Аппаратное обеспечение средств вычислительной техники Аппаратное обеспечение компьютера.	2
3	**Лекция 3.** Программное обеспечение средств вычислительной техники Программное обеспечение (ПО) компьютера.	2
	Лекция 4. Базы данных. Системы управления базами данных.	2
	Лекция 5. Искусственный интеллект (ИИ). Мультимедийные средства. Программирование.	2
4	**Лекция 6.** Сети. Организация сетей, основные понятия сетей и принципы передачи информации в сетях. Компьютерные сети. Безопасность и защита информации.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	**Тема занятия**	Кол-во часов
3	**Практическое занятие 1**. Файловая структура	2
	Практическое занятие 2. Текущий контроль 1 - Файловая структура	2
	Практическое занятие 3. WORD – создание и форматирование текста	2
	Практическое занятие 4. WORD – создание стилей, создание таблиц	2
	Практическое занятие 5. WORD – форматирование документов большого объема	2
	Практическое занятие 6. WORD – Структура документа. Работа в режиме структуры. Создание оглавления и списков. Вставка рисунков и формул.	2
	Практическое занятие 7. Текущий контроль 2 - WORD	2
	Практическое занятие 8. EXCEL – ввод и редактирование данных. Элементарные расчёты, построение графиков.	2
	Практическое занятие 9. EXCEL – работа с функциями, фильтры, списки подстановок, усл. форматирование.	2
	Практическое занятие 10. EXCEL – статистические расчеты в Excel	2
	Практическое занятие 11. Текущий контроль 3 - EXCEL	2
	Практическое занятие 12. POWER POINT - ознакомление, создание презентации, оформление, вставка объектов, настройка анимации, смена слайдов	2
	Практическое занятие 13. Текущий контроль 4 - POWER POINT	2
	Практическое занятие 14. Электронные журналы	2
	Практическое занятие 15. Позиционные системы счисления. Преобразование.	2
	Практическое занятие 16. – Логические операции, условное программирование	2
	Практическое занятие 17. Текущий контроль 5 - расчётная работа.	2
	Практическое занятие 18. Опрос по материалам лекций.	2
ИТОГО		**36**

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание	Кол-во часов
1,2	Предмет информатики, история развития. Аппаратное обеспечение средств вычислительной техники	2
3,4	Программное обеспечение средств вычислительной техники. Компьютерные сети, защита информации, базы данных	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	**Тема занятия**	Кол-во часов
3	**Практическое занятие 1.** WORD - ознакомление, форматирование текста. Создание стилей. Создание таблиц. Работа с большими текстами. **Текущий контроль №1.**	2
	Практическое занятие 2. EXCEL - ознакомление, элементарные расчеты. Работа с функциями, фильтры, списки подстановок, усл. форматирование. Построение графиков. **Текущий контроль №2.**	2
	Практическое занятие 3. POWERPOINT - ознакомление, создание презентации, оформление, вставка объектов, настройка анимации, смена слайдов **Текущий контроль №3.**	2
ИТОГО		**6**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Барникова, И.Э. Компьютерная обработка экспериментальных данных в педагогике и биомеханике в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлениям 49.03.01 "Физическая культура" и 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / И.Э. Барникова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 186 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Канивец, Е.К. Информационные технологии в профессиональной деятельности. Курс лекций : учебное пособие / Е.К. Канивец ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Оренбург : ОГУ, 2015. - 108 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1192-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439012
3. Кимяев, Д.И. Информационные технологии в туристической индустрии [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки 100400 "Туризм", специальности 100103.65 "Социально-культурный сервис и туризм" / Д.И. Кимяев, Г.А. Костин, В.В. Курлов. - Санкт-Петербург : Троицкий мост, 2014. - 203 с.
4. Петров, П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Текст] : учебник / П.К. Петров. - 2-е изд., перераб. - М. : Академия, 2011. - 285, [1] с. : ил.
5. Соколова, В. В. Вычислительная техника и информационные технологии. Разработка мобильных приложений : учебное пособие для вузов / В. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 175 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-6525-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451366

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник к использованию в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы ВПО по дисциплине "Физическая культура" / И.С. Барчуков. - Москва : Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
2. Ветитнев, А. М. Информационные технологии в туристской индустрии : учебник для вузов / А. М. Ветитнев, В. В. Коваленко, В. В. Коваленко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 340 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07375-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452006
3. Евсеев, Ю.И. Физическая культура [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю.И. Евсеев. - Изд. 9-е, стер. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - 444, [1] с. : ил.
4. Информационные технологии [Текст] : учебник для академического бакалавриата по специальности 080801 "Прикладная информатика" и другим экономическим специальностям / Санкт-Петербургский государственный экономический университет ; под ред. В. В. Трофимова. - Москва : Юрайт, 2014. - 624 с. : ил.
5. Мишин, А.В. Информационные технологии в профессиональной деятельности : учебное пособие / А.В. Мишин, Л.Е. Мистров, Д.В. Картавцев. - Москва : Российская академия правосудия, 2011. - 311 с. - ISBN 978-5-93916-301-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=140632
6. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин. - Москва : Советский спорт, 2013. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0616-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210448

7. Организация безопасной работы информационных систем : учебное пособие / Ю.Ю. Громов, Ю.Ф. Мартемьянов, Ю.К. Букурако и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет». - Тамбов : Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2014. - 132 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277794
8. Советов, Б. Я. Информационные технологии : учебник для вузов / Б. Я. Советов, В. В. Цехановский. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 327 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00048-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449939
9. Яшин, В.Н. Информатика. Программные средства персонального компьютера [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 09.03.03 "Прикладная информатика" и экономическим специальностям / В.Н. Яшин. - Москва : ИНФРА-М, 2017. - 234, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №28** (2 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-40шт., скамья-40шт., стол письменный-1шт., доска меловая-2шт. Оборудование: стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400), комплект усилительного оборудования VOLTA E-12A-1-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №35** (2 этаж, нежилое помещение №29) – Специализированная мебель: Компьютерные столы-20шт.; стул-42шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-4шт., персональный компьютер IRU Office 313-20шт., источник бесперебойного питания PowerCom WAR-1000A-20шт., проектор EPSON EMP-1717(V11H228170)-1шт., экран DINON Manual 180x240MW настенный- 1шт., Ноутбук HP ProBook 450 G3(4BD32ES)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №39** (2 этаж, нежилое помещение №32) – Специализированная мебель: Компьютерные столы-15шт.; стул-34шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска интерактивная-1шт., системный блок Arsenal-15шт., монитор 17»Acer AL1716FS 5ms TFT Silver-15шт., источник бесперебойного питания PowerComWAR-1000A-15шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINONManual 220x220MW настенный-1шт., Ноутбук Acer-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра анатомии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 12

Зав. кафедрой _____М.Г. Ткачук

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
к.м.н., доцент А.А. Дюсенова

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения (1,2 семестры), на 1,2 курсе по заочной форме обучения (2,3 семестры). Вид промежуточной аттестации: ***экзамен*** в каждом семестре.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Планирование	ОПК-1 «Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста»
Спортивный отбор	ОПК-2 «Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий»
Контроль и анализ	ОПК-9 «Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся»

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	**Знает:** - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. **Умеет:** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Имеет опыт**: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений.	**Знает** - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; **Умеет** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Владеет** – анатомической терминологией, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; опытом проведения анатомического анализа физических упражнений.
ОПК-2	**Знает**: - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки	**Знает** - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств,

	физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности. **Умеет:** - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Имеет опыт:** - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития.	критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности. **Умеет** - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Владеет** – опытом проведения антропометрических измерений для оценки физического развития.
ОПК-9	**Знает:** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. **Умеет:** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. **Имеет опыт:** - проведения антропометрических измерений.	**Знает** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. **Умеет** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. **Владеет** – опытом проведения антропометрических измерений.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры				
			1	2	3	4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися		108	54	54			
В том числе:							
Занятия лекционного типа		28	14	14			
Занятия семинарского типа (практические занятия)		80	40	40			
Промежуточная аттестация (экзамен)		54	27	27			
Самостоятельная работа студента		54	27	27			
Общая трудоемкость	**часы**	**216**	**108**	**108**			
	зачетные единицы	**6**	**3**	**3**			

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры			
			1	2	3	
Контактная работа преподавателей с обучающимися		28		14	14	
В том числе:						
Занятия лекционного типа		12		6	6	
Занятия семинарского типа (практические занятия)		16		8	8	
Промежуточная аттестация (экзамен)		18		9	9	
Самостоятельная работа студента		170		85	85	
В т.ч. выполнение контрольной работы				20	20	
Общая трудоемкость	**часы**	**216**		**108**	**108**	
	зачетные единицы	**6**		**3**	**3**	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Анатомия систем исполнения движений	Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Закономерности физического развития. Опорно-двигательный аппарат. Динамическая анатомия.	**Знает** - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. **Умеет** - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; оценивать эффективность статических положений и движений человека. **Владеет** – анатомической терминологией, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; опытом проведения анатомического анализа физических упражнений.
2	Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности	Внутренние органы. Сердечно-сосудистая и лимфоидная системы. Нервная система. Эндокринный аппарат. Основы антропометрии. Физическое развитие.	**Знает** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека. **Умеет** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам. **Владеет** – опытом проведения антропометрических измерений.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	ЛЕКЦИЯ № 1.Введение в предмет. Содержание анатомии. Классификация анатомических наук. Принципы изучения анатомии, ее социальная значимость. Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Закономерности физического развития.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 2. Общая остеология. Скелет, его функции. Классификация костей. Строение кости как органа. Химический состав и физические свойства костей. Развитие и рост костей. Возрастные особенности костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ№ 3. Общая синдесмология. Виды соединений костей. Основные и вспомогательные элементы суставов. Биомеханика суставов. Факторы,	2

	определяющие подвижность суставов. Классификация суставов. Возрастные особенности соединений костей. Возрастные особенности подвижности суставов. Адаптация суставов к физическим нагрузкам	
1	ЛЕКЦИЯ № 4. Общая миология. Строение мышечного волокна. Части и формы мышц. Механизм мышечного сокращения. Строение мышцы как органа. Вспомогательные элементы мышц. Классификация мышц. Возрастные особенности мышц. Развитие двигательных качеств.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 5. Функциональная миология. Синергизм и антагонизм мышц. Сила мышц. Виды работы мышц. Направление тяги мышц. Виды рычагов в соединении звеньев тела**.** Адаптация мышц к физическим нагрузкам.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 6. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена. Характеристика внешних и внутренних сил. Понятие об общем центре тяжести и площади опоры. Виды равновесия тела. Характеристика степени устойчивости тела. Общая классификация движений.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 7. Анатомический анализ циклических и ациклических движений. Анатомический анализ ходьбы. Анатомический анализ плавания кролем на груди. Анатомический анализ прыжка в длину с места. Анатомический анализ метания копья. Анатомический анализ сальто назад.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие №1. *Изучение и закрепление нового материала*.* Скелет туловища. Позвоночный столб: шейные, грудные, поясничные позвонки; крестец. Грудная клетка: грудина, ребра.	2
1	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала*.* Скелет черепа. Кости мозгового и лицевого черепа. Череп в целом. Наружное и внутреннее основание черепа.	2
1	Занятие № 3. *Изучение и закрепление нового материала*.* Скелет верхней конечности. Ключица. Лопатка. Плечевая кость. Локтевая кость. Лучевая кость. Кости запястья. Кости пясти. Кости пальцев кисти.	2
1	Занятие № 4. *Изучение и закрепление нового материала*. * Скелет нижней конечности. Тазовая кость. Бедренная кость. Большеберцовая кость. Малоберцовая кость. Кости предплюсны. Кости плюсны. Кости пальцев стопы.	2
1	Занятие № 5. Текущий контроль по остеологии (5/10)	2
1	Занятие № 6. Соединения костей туловища и черепа. Соединения позвонков. Соединение позвоночника с черепом. Соединения ребер с позвоночником и грудиной.. Соединения костей черепа.	2
1	Занятие № 7. *Изучение и закрепление нового материала*.* Соединения костей верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав. Плечевой сустав. Локтевой сустав. Соединения костей предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти.	2
1	Занятие № 8.*Изучение и закрепление нового материала*.* Соединения костей нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Тазобедренный сустав. Коленный устав. Соединения костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы.	2
1	Занятие № 9. Текущий контроль по синдесмологии (4/10).	2
1	Занятие № 10. Мышцы головы и шеи. Мышцы лица. Жевательные мышцы. Мышцы шеи. Функциональная характеристика мышц головы и шеи.	2
1	Занятие № 11. Изучение и закрепление нового материала.* Мышцы туловища.	2

	Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота. Мышцы тазового дна. Дыхательные мышцы. Функциональная характеристика мышц туловища.	
1	Занятие № 12. Текущий контроль по мышцам туловища, головы и шеи (4/10).	2
1	Занятие № 13. Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном суставе.	2
1	Занятие № 14. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы плеча. Мышцы, обеспечивающие движения в плечевом суставе.	2
1	Занятие № 15. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом и лучезапястном суставах. Мышцы, обеспечивающие движения пальцев.	2
1	Занятие № 16. *Изучение и закрепление нового материала*.*Мышцы таза и бедра. Мышцы пояса нижних конечностей. Мышцы бедра. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе.	2
1	Занятие № 17.*Изучение и закрепление нового материала.** Мышцы голени и стопы. Мышцы голени. Мышцы стопы. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения стопы и пальцев.	2
1	Занятие № 18. Текущий контроль по мышцам конечностей (4/10).	2
1	Занятие № 19. Анатомический анализ статических положений. Анатомический анализ техники движений в избранном виде спорта. Анатомический анализ техники выполнения упражнения из избранного вида спорта по выбору студента.	2
1	Занятие № 20. Текущий контроль по анатомическому анализу положений и движений тела спортсмена (4/10).	2

***** - занятия в интерактивной форме

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов. Строение стенки полых органов. Структурно-функциональные единицы.	2
2	Лекция № 2.Общие вопросы строения сердечно-сосудистой системы. Строение артерий, вен, капилляров. Строение сердца. Круги кровообращения.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 3. Иммунная и лимфатическая системы. Лимфатическое русло. Органы лимфоидной (иммунной) системы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 4. Общие вопросы строения нервной системы. Нервная ткань. Рефлекс, рефлекторная дуга. Центральная нервная система. Спинной мозг, отделы. Оболочки спинного мозга.	2
3	ЛЕКЦИЯ № 5. Головной мозг. Отделы головного мозга. Ствол мозга. Конечный мозг. Корковые центры. Двигательные и чувствительные проводящие пути. Оболочки головного мозга.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 6. Периферическая нервная система. Черепные нервы. Спинномозговые нервы, их ветви. Нервные сплетения, их ветви и области иннервации. Черепные нервы.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 7. Вегетативная нервная система, ее отделы. Вегетативная рефлекторная дуга. Анализаторы.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие №1. *Изучение и закрепление нового материала**	2

	Пищеварительная система. Полость рта. Зубы. Слюнные железы. Глотка. Лимфоэпителиальное кольцо. Пищевод. Желудок. Тонкая и толстая кишка. Печень и поджелудочная железа.	
2	Занятие №2. Изучение и закрепление нового материала* Дыхательная система. Полость носа. Гортань. Трахея. Бронхи. Легкие. Плевра.	2
2	Занятие № 3. *Изучение и закрепление нового материала**. Мочевая и половая системы. Почки. Фиксирующий аппарат почек. Мочеточник. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Внутренние женские половые органы. Внутренние мужские половые органы.	2
2	Занятие № 4. Текущий контроль по внутренним органам (5/10).	2
	Занятие № 5. Сердце. Ветви восходящей части аорты. Камеры сердца. Строение сердечной стенки. Клапанный аппарат сердца. Проводящая система сердца. Перикард. Аорта, ее отделы.	
2	Занятие № 6. Ветви дуги аорты. Аорта, ее отделы. Ветви дуги аорты. Артериальный круг мозга. Подключичная артерия, ее ветви. Артерии верхней конечности.	2
2	Занятие № 7. *Изучение и закрепление нового материала.* * Ветви нисходящей части аорты. Грудная аорта, ее ветви. Брюшная аорта, ее ветви. Артерии таза. Артерии нижней конечности.	2
2	Занятие № 8. *Изучение и закрепление нового материала.* * Венозная система. Система верхней полой вены, ее притоки. Система нижней полой вены, ее притоки. Система воротной вены, ее притоки, функциональное значение.	2
2	Занятие № 9. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системе (4/10).	2
2	Занятие № 10. Спинной мозг. Ствол мозга. Спинной мозг, топография и строение. Сегмент спинного мозга. Продолговатый, задний, средний и промежуточный мозг.	2
2	Занятие № 11. *Изучение и закрепление нового материала.* * Конечный мозг. Полушария конечного мозга. Рельеф коры больших полушарий. Локализация функций в коре больших полушарий.	2
3	Занятие № 12. *Изучение и закрепление нового материала*. *Проводящие пути центральной нервной системы. Классификация проводящих путей центральной нервной системы. Восходящие проводящие пути. Нисходящие проводящие пути.	2
2	Занятие № 13. Текущий контроль по центральной нервной системе и проводящим путям головного и спинного мозга (4/10).	2
2	Занятие № 14. Изучение и закрепление нового материала. * Черепные нервы. Чувствительные, двигательные и смешанные черепные нервы.	2
2	Занятие № 15. Изучение и закрепление нового материала*.Спинномозговые нервы. Образование спинномозгового нерва, его ветви. Шейное сплетение. Плечевое сплетение. Грудные спинномозговые нервы. Поясничное сплетение. Крестцовое сплетение. Области иннервации.	
2	Занятие № 16. Текущий контроль по периферической нервной системе (4/10).	2
2	Занятие № 17. Изучение и закрепление нового материала*. Вегетативная нервная система.	2
2	Занятие № 18.Изучение и закрепление нового материала*.Органы чувств. Понятие об анализаторах.	
2	Занятие № 19. Текущий контроль по вегетативной нервной системе и органам чувств (4/10).	
2	Занятие № 20.Изучение и закрепление нового материала*. Техника антропометрии. Определение соматотипа.	

***** - занятия в интерактивной форме

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1.Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза, закономерности развития. Общая остеология и синдесмология.	2
1	Лекция №2.Общая и функциональная миология. Возрастные особенности мышц. Виды работы мышц. Адаптация мышц к физическим нагрузкам.	2
1	Лекция №3. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена. Характеристика внешних и внутренних сил. Виды равновесия тела. Характеристика движений тела.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие № 1.*Изучение и закрепление нового материала.** Скелет туловища, черепа, конечностей. Текущий контроль по остеологии (2/10)	2
1	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала.** Соединение костей туловища, черепа, конечностей. Текущий контроль по синдесмологии (3/10).	2
1	Занятие № 3. Мышцы головы, шеи и туловища. Текущий контроль по миологии (3/10).	2
1	Занятие № 4. Мышцы верхней и нижней конечностей, их функциональная характеристика. Возрастные изменения двигательных качеств. 1 рубежный контроль. Анатомия ОДА (тестирование на кафедре) 5/10.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 3 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 2. Общие вопросы строения сердечно-сосудистой системы. Строение артерий, вен, капилляров. Строение сердца. Круги кровообращения. Лимфатическое русло. Возрастные особенности.	2
2	Лекция № 3. Общие вопросы строения нервной системы. Нервная ткань. Рефлекс, рефлекторная дуга. Центральная нервная система. Спинной и головной мозг, их отделы, оболочки.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие № 1. Внутренние органы. Системы органов пищеварения, дыхания, мочевой, половых. Текущий контроль по внутренним органам (2/10).	2
2	Занятие № 2. *Изучение и закрепление нового материала.**Сердечно-сосудистая система. Строение сердца. Круги кровообращения. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системам (3/10).	2*
2	Занятие № 3. *Изучение и закрепление нового материала.** Центральная и периферическая нервная система. Головной и спинной мозг. Черепные и спинномозговые нервы, области иннервации. Вегетативная нервная система. Анализаторы. Текущий контроль по нервной системе (3/10).	2
2	Занятие № 4. Методы оценки физического развития. Техника антропометрических исследований.2 рубежный контроль. Анатомия систем	2

	обеспечения и регуляции жизнедеятельности (тестирование на кафедре) 5/10.	

***** - занятия в интерактивной форме

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452556
2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Текст] : учебник для высших учебных заведений физической культуры / М.Ф. Иваницкий; [под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского]. - Изд.13-е. - Москва : Спорт, 2016. - 623 с. : ил.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/456030
4. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физическая культура и спорт" : в 2 т. Т. 1 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 234, [1] с. : ил.
5. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физическая культура и спорт" : в 2 т. Т. 2 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 287, [1] с. : ил.
6. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека [Текст] : учебное пособие / Р.П. Самусев. - 7-е изд., перераб. - Москва : АСТ: Мир и Образование, 2016. - 542, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека [Текст] : учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся по специальностям "Лечебное дело", "Медико-профилактическое дело", "Сестринское дело", "Фармация", по дисциплине "Анатомия и физиология человека" / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
2. Гайворонский, И.В. Анатомия мышечной системы (мышцы, фасции и топография) [Текст] : учебное пособие для студентов факультетов подготовки врачей / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук. - 6-е изд. - Санкт-Петербург : ЭЛБИ-СПб, 2013. - 88 с. : ил.
3. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04086-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449808
4. Замараев, В.А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным и естественнонаучным направлениям / В.А. Замараев, Е.З. Година, Д.Б. Никитюк. - Москва : Юрайт, 2018. - 413, [3] с. : ил.

5. Киселев, С. Ю. Анатомия центральной нервной системы : учебное пособие для вузов / С. Ю. Киселев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 65 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05376-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454658
6. Козлов, В.И. Анатомия соединений [Текст] : учебное пособие для обучающихся по основным профессиональным программам высшего образования - программам специалитета по специальностям "Лечебное дело", "Педиатрия", "Стоматология" / В.И. Козлов. - Москва : Практическая медицина, 2016. - 103 с. : ил.
7. Курепина, М.М. Анатомия человека [Текст] : учебник для студентов вузов в комплекте с электронным приложением "Анатомия человека. Атлас" / М.М. Курепина, А.П. Ожигова, А.А. Никитина. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 383 с. : ил.
8. Попова, Н.П. Анатомия центральной нервной системы [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по психологическим специальностям / Н.П. Попова, О.О. Якименко. - Москва : Трикста : Академический Проект, 2014. - 107, [4] с. : ил.
9. Сапин, М.Р. Анатомия человека [Текст] : учебник для медико-профилактических факультетов образовательных организаций, реализующих программы высшего образования по специальностям 32.05.01 "Медико-профилактическое дело", 30.05.03 "Биофизика", 30.05.01 "Биохимия", 34.03.01 "Сестринское дело", 31.05.01 "Лечебное дело" / М.Р. Сапин, Д.Б. Никитюк, С.В. Клочкова; Министерство образования и науки Российской Федерации ; под ред. Д. Б. Никитюка. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 892 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №409** (4 этаж, нежилое помещение №15) – Специализированная мебель: учебный стол-32шт, скамья-32шт., стол письменный-2шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: доска меловая-2шт,стационарное мультимедийное оборудование-1шт., (Проектор ACER X1260, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №104** (1 этаж, нежилое помещение №4) – Специализированная мебель: Учебный стол-23шт, стул-48шт., стол письменный-1шт. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: доска меловая-1шт, экран настенный Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., проектор ACER X1260-1шт., компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG-1шт., весы анализатор жировой массы TANITA BC 543-1шт., калипер электронный КЭЦ-100-2шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- **Препараторская лаборатория кафедры Анатомии** (1 этаж, нежилое помещение №3) – Специализированная мебель: Стол письменный-4шт., стул-12шт., шкаф канцелярский-6шт, шкаф для хранения анатомических препаратов-4шт. Оборудование: ноутбук ASUS K42JR 14"-1шт., калипер электронный КЭЦ-100-2шт., ростомер электронный РЭП напольный-2шт., динамометр кистевой механический ДК-100-4шт., анализатор состава тела Tanita DC-360, анатомические музейные и учебные препараты, микроскоп-2шт., муляжи, планшеты, антропометрические инструменты.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра физиологии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль)

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Квалификация

БАКАЛАВР

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«13» июня 2019 г., протокол № 10

Зав. кафедрой _____Мельников Д.С.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» 06 20 19 г., протокол № 4

Авторы-разработчики:
Ст.преподаватель: Кудрявцева Н.В.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 2 и 3 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1.Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения ОПК-1.2.Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- оценивать эффективность статических положений и движений человека;- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; ОПК-1.3.Имеет опыт: использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;	Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения .Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- оценивать эффективность статических положений и движений человека;- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;
ОПК-2. Способен осуществлять	ОПК-2.1.Знает: - значение терминов «спортивный	Знает: - значение терминов «спортивный

спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе	отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности ОПК-2.2. Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию ОПК-2.3. Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;	отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;
ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК-9.1. Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;-методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; ОПК-9.2. Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;-методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; . Умеет: -

	физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; ОПК-9.3. Имеет опыт: -проведения антропометрических измерений; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;	интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; Имеет опыт: -проведения антропометрических измерений; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;

3.ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		108			54	54				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		40			20	20				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		68			34	34				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		54			27	27				
Самостоятельная работа студента		54			27	27				
Выполнение курсовой работы		36				36				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**								
	зачетные единицы	**6**			3	3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		28				14	14				
В том числе:											
Занятия лекционного типа		12				6	6				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16				8	8				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		18				9	9				
Самостоятельная работа студента		170				85	85				
Выполнение курсовой работы		36					36				
Выполнение контрольной работы		20				10	10				
Общая трудоемкость	**часы**	**216**				108	108				
	зачетные единицы	**6**				3	3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение. Значение физиологии для теории и практики физической культуры	Значение физиологии для теории и практики физической культуры и спорта; Предмет физиология, её связь с другими науками и значения для теории и практики физической культуры и спорта; Методы физиологических исследований; Основные этапы развития физиологии; Основные физиологические понятия.	Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;
2.	Основные функции ЦНС. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Торможение в ЦНС. Координация деятельности ЦНС. регуляция произвольных движений.	Основные функции и методы исследования ЦНС; Основные функции и типы нейронов; Особенности проведения возбуждения через нервные центры; Значение процессов торможения в нервной деятельности; Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки; Пресинаптическое и постсинаптическое торможение; Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта; Регуляция произвольных движений.	Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;
3.	Высшая нервная деятельность.	Условия образования и разновидности условных рефлексов; Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов; Динамический стереотип, его роль в обучении; Типы ВНД. Первая и вторая сигнальные системы.	Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;
4	Физиология возбуждения тканей. Механизмы мышечного сокращения. Сила и работа мышц.	Мембранные потенциалы покоя; Потенциалы действия. Электромиограмма; Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы; Функциональная организация скелетных мышц; Механизмы сокращения и расслабления мышечных волокон; Одиночное и тетаническое	Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения

		сокращение; Сокращение целой мышцы; Морфофункциональные проявления мышечной силы; Режимы работы мышц; Энергетика мышечного сокращения; КПД мышечного сокращения	.Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- оценивать эффективность статических положений и движений человека;- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности
5	Общие свойства сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Слуховая вестибулярная и двигательная сенсорные системы. Значение сенсорных систем в спорте.	Обшие свойства и значение сенсорных систем; Физиологическая организация зрительной сенсорной системы; Преломление света (рефракция и аккомодация); Слуховая и вестибулярная сенсорные системы; Функции наружного, среднего и внутреннего уха; Барофункция уха. Бинауральный слух; Функция вестибулярной сенсорной системы; Функциональная устойчивость вестибулярной системы и методики её исследования; Двигательная сенсорная система. Значение сенсорных систем в спорте: Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы; Разновидности и функции проприорецепторов; Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность; Значение сенсорных систем в спорте.	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;-методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; . Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;
6.	Кровь как внутренняя среда организма. Эритроциты. Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма	Кровь как внутренняя среда организма. Эритроциты: Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит); Объём и функции крови;	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений

	крови.	Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья; Группы крови. Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма крови: Лейкоциты, их количество, разновидность и функции; Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности; Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови; Плазма крови, её состав; Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности; Регуляция системы крови; Лимфа и лимфообразование.	тела человека;-методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; . Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;
7.	Физиология сердца. Физиологические закономерности кровообращения. физиология кровотока. регуляция кровообращения.	Свойства сердечной мышцы; Фазы сердечного цикла в покое и при работе; Методы исследования деятельности сердца; Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе; Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе; Систолический, резервный и остаточный объём крови в желудочках; Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока; Минутный объём крови, изменение систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе; Общие закономерности гемодинамики, объёмная и линейная скорость кровотока; Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них; Микроциркуляция; Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния; Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца; Нервная и гуморальная регуляция просвета сосудов; Перераспределение кровотока при мышечной работе; Особенности регуляции	Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;-методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; . Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам

		кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.	
8.	Процессы дыхания в организме. регуляция дыхания.	Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели; Обмен газов в лёгких и тканях; Перенос газов кровью; Нервная и гуморальная регуляция дыхания; Изменение дыхания при мышечной работе; Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК	Знает: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;
9.	Пищеварение, обмен веществ и энергии.	Пищеварение, обмен веществ и энергии: Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова; Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике; Обмен белков, жиров и углеводов;	Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека;

		Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия; Органы выделения, функции почек; Мочеобразование, его механизмы; Функции потовых желез; Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.	использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию
10.	Физиология выделительных процессов.	Общая характеристика выделительных процессов; Основные функции почек и методы их исследования; Особенности кровообращения в почках; Процесс мочеобразования: гломерулярная фильтрация и канальцевая реабсорбция; Регуляция мочеобразования; Состав мочи; Мочевыведение и мочеиспускание; Выделительная функция потовых желёз; Влияние мышечной деятельности на функции выделения.	Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию
11	Физиологические основы терморегуляции.	Химическая и физическая терморегуляция; Нервная и гуморальная терморегуляция; Граница терморегуляции у человека; Теплообмен при мышечной деятельности	Знает: морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения .Умеет: дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- оценивать эффективность статических положений и движений человека;- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; Имеет опыт использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их

12..	Железы внутренней секреции	Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза; Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции; Функции гормонов щитовидной железы; Функции гормонов надпочечников; Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма; Роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности.	Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния человека;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

3 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 1	Лекция -1-Предмет физиологии, её связь с другими науками и значение для теории и практики физической культуры и спорта. -Методы физиологических исследований. -Основные этапы развития физиологии. -Основные физиологические понятия	2
Тема 2	Лекция -2-Основные функции и методы исследования ЦНС. -Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры.	2
Тема 2.	Лекция-3 -Значение процессов торможения в нервной деятельности. -Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. -Пресинаптическое и постсинаптическое торможение. -Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта. -Рефлекторное кольцевое и программное управление движений. -Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций. -Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений. -Функции коры больших полушарий.	2
Тема 3	Лекция-4 -Условия образования и разновидности условных рефлексов. -Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. -Динамический стереотип, его роль в обучении. -Типы ВНД. Первая и вторая сигнальная система.	2
Тема 4	-Лекция-5 -Мембранные потенциалы покоя. -Потенциалы действия. Электромиограмма. -Проведение возбуждения по нервнам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. -Функциональная организация скелетных мышц. -Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. -Одиночное и титаническое сокращение. -Сокращение целой мышцы.	2
Тема 4	Лекция -6-Морфофункциональные проявления мышечной силы. -Режимы работы мышцы. -Энергетика мышечного сокращения. -КПД мышечного сокращения.	2
Тема 5.	Лекция-7 -Общие свойства и значение сенсорных систем. -Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. -Преломление света (рефракция и аккомодация). -Фоторецепсия (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	Лекция-8 -Функция наружного, среднего и внутреннего уха. -Барофункция уха. Бинауральный слух. -Функции вестибулярной сенсорной системы. -Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и	2

	методики её исследования. -Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. -Разновидности и функции проприорецепторов. -Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. -Значение сенсорных систем в спорте.	
Тема 6	Лекция -9 -Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит); -Объём и функции крови; -Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья; -Группы крови.	2
Тема 6	Лекция-10 -Лейкоциты, их количество, разновидность и функции; -Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности; -Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови; -Плазма крови, её состав; -Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности; -Регуляция системы крови; -Лимфа и лимфообразование.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 2	*Практическое занятие -1- Основные функции и методы исследования ЦНС. - Основные функции и типы нейронов. - Особенности проведения возбуждения через нервные центры	2
Тема 2	Практическое занятие -2-Текущий контроль.- - Основные функции и методы исследования ЦНС. - Основные функции и типы нейронов. - Особенности проведения возбуждения через нервные центры. - Значение процессов торможения в нервной деятельности. - Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. - Пресинаптическое и постсинаптическое торможение. - Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта. - Рефлекторное кольцевое и программное управление движений. - Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций. - Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений. - Функции коры больших полушарий	2
Тема 3	*Практическое занятие-3 -Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню функциональных возможностей.	2
Тема 3	*Практическое занятие -4- Определение концентрации и устойчивости внимания.	2
Тема 3	*Практическое занятие -5 -Изучение кратковременной памяти,тестирование оперативной памяти.Выявление преобладающего типа памяти.	2
Тема 3	Практическое занятие -6- Текущий контроль. -Условия образования и разновидности условных рефлексов. - Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. - Динамический стереотип, его роль в обучении. - Типы ВНД. Первая и вторая сигнальная системы	2
Тема 4	*Практическое занятие-7 - Мембранные потенциалы покоя. - Потенциалы действия. Электромиограмма. - Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы.	2
Тема 4	Практическое занятие -8- Функциональная организация скелетных мышц. - Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. - Одиночное и тетаническое сокращение. - Сокращение целой мышцы.	2
Тема 4	*Практическое занятие -9- Морфофункциональные проявления мышечной силы. - Режимы работы мышцы. - Энергетика мышечного сокращения.	2

	- КПД мышечного сокращения.	
Тема 4	Практическое занятие-10- Мембранные потенциалы покоя. - Потенциалы действия. Электромиограмма. - Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. - Функциональная организация скелетных мышц. - Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. - Одиночное и тетаническое сокращение. - Сокращение целой мышцы. - Морфофункциональные проявления мышечной силы. - Режимы работы мышцы. - Энергетика мышечного сокращения. - КПД мышечного сокращения.	2
Тема 5	* Практическое занятие -11 - Общие свойства и значение сенсорных систем. - Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. - Преломление света (рефракция и аккомодация). - Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	* Практическое занятие -12 - Функции наружного, среднего и внутреннего уха. - Барофункция уха. Бинауральный слух - Функция вестибулярной сенсорной системы. - Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. - Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. - Разновидности и функции проприорецепторов. - Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. - Значение сенсорных систем в спорте.	2
Тема 5	*Практическое занятие -13 - Функциональная организация двигательной сенсорной системы. - Взаимодействие сенсорных систем. - Кинестетическая чувствительность	2
Тема 5	Практическое занятие-14- Общие свойства и значение сенсорных систем. - Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. - Преломление света (рефракция и аккомодация). - Фоторецепция (функция палочек и колбочек). - Функции наружного, среднего и внутреннего уха. - Барофункция уха. Бинауральный слух. - Функция вестибулярной сенсорной системы. - Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. - Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. - Разновидности и функции проприорецепторов. - Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. - Значение сенсорных систем в спорте	2
Тема 6	*Практическое занятие -15- Объем и функции крови - Лейкоциты, их количество, разновидности и функции. - Изменения лейкоцитов при мышечной деятельности. - Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности и в условиях высокогорья.	2

Тема 6	Практическое занятие-16- Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит). - Объем и функции крови. - Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья. - Группы крови. - Лейкоциты, их количество, разновидность и функции. - Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности. - Иммунитет организма. - Тромбоциты, их количество и роль в свертывании крови. - Плазма крови, её состав. - Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности. - Регуляция системы крови - Лимфа и регуляция системы крови	2
Тема 6	Практическое занятие -17– Общие закономерности деятельности организма.	2

4 семестр

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 7	Лекция -1-Свойства сердечной мышцы. -Фазы сердечного цикла в покое и при работе. -Методы исследования деятельности сердца. -Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе.	2
Тема 7	Лекция-2 -Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. -Систолический,резервный и остаточный объём крови в желудочках. -Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока. -Минутный объём крови, изменения систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе. -Общие закономерности гемодинамики, объёмная и линейная скорость кровотока. -Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. -Артериальное давление,факторы,их определяющие. Гипер- и гипотоническое состояние. -Особенности кровообращения различных органов	2
Тема 7	Лекция -3-Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца. -Нервная и -гуморальная регуляция просвета сосудов. -Перераспределение кровотока при мышечной работе. -Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.	2
Тема 8	Лекция-4 -Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. -Обмен газов в лёгких и тканях. -Перенос газов кровью.	2
Тема 8	Лекция -5- Нервная и гуморальная регуляция дыхания. -Изменение дыхания при мышечной работе. -Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК.	2
Тема 9	Лекция -6- Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова. -Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике.	2

	-Обмен белков, жиров и углеводов. -Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия.	
Тема 10	Лекция -7- Органы выделения, функции почек. -Мочеобразование, его механизм. -Фукции потовых желез. -Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.	2
Тема 11	Лекция -8-Химическая и физическая терморегуляция. -Нервная и гуморальная терморегуляция. -Границы терморегуляции у человека. -Теплообмен при мышечной деятельности.	2
Тема 12	Лекция-9 - Функции гормонов передней,средней и задней доли гипофиза. -роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции. -функции гормонов щитовидной железы.	2
Тема 12	Лекция –10 - Функции гормонов надпочечников. Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма. -роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности	2

Практические занятия

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 7	* Практическое занятие-1 - Свойства сердечной мышцы - Фазы сердечного цикла в покое и при работе - Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе.	2
Тема 7	*Практическое занятие-2 - Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе улиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. - Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. - Минутный объем крови, изменения систолического объема кровипри мышечной работе.	2
Тема 7	*Практическое занятие -3- Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. - Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. - Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния.	2
Тема 7	*Практическое занятие-4 -Проба Летунова -проба Мартине,проба Руфье,	2
Тема 7.	Практическое занятие -5-Текущий контроль - Свойства сердечной мышцы - Фазы сердечной работы в покое и при работе. - Методы исследования деятельности сердца - Электрокардиограмма, её основные показатели и их изенения при мышечной работе - Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методика измерения ЧСС. - Систолический, резервный и остаточный объем крови в желудочках. - Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. - Минутный объем крови, изменения систолического объема крови при мышечной работе. - Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. - Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. - Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические	2

	состояния. - Особенности кровообращения различных органов. - Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца - Нервная и гуморальная регуляция просвета сосудов. - Перераспределение кровотока при мышечной работе. - Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гиперемия. Мышечный насос	
Тема 8	*Практическое занятие-6 - Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели (ЖЕЛ,МВЛ)	2
Тема 8	*Практическое занятие -7 – Минутный объем дыхания в покое и при мышечной работе.	2
Тема 8	*Практическое занятие -8- - Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг,МПК	2
Тема 8	*Практическое занятие -9–Определить показатель реакции сердечно-сосудистой системы на гипоксию по данным частоты пульса -проба Штанге -проба Генче	2
Тема 8	Практическое занятие- 10 - Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. - Обмен газов в легких и тканях. - Перенос газов кровью - Нервная и гуморальная регуляция дыхания	2
Тема 9	*Практическое занятие-11 -Определение основного обмена с учетом пола,возраста и веса .Расчет энерготрат с учетом вида деятельности. Расчет энерготрат с учетом показателей пульса.	2
Тема 9	Практическое занятие -12– Общая характеристика процессов пищеварения,значение работ И.П.Павлова.Пищеварение в ротовой полости,желудке и кишечнике.Значение процессов пищеварения в ротовой полос ти.Механизмы и фазы выделения слюны. Ферменты,содержащиеся в слюне. Ферменты иих свойства. Механизмы и фазы отделения желудочного сока. Состав желудочного сока. Роль соляной кислоты. Процессы пищеварения в 12-перстной кишке. Механизмы и фазы отделения поджелудочного сока. Процессы пищеварения,осуществляющиеся под влиянием ферментов в тонкой кишке.поджелудочного сока.Значение желчи в пищеварении. Процессы пищеварения, всасывания в тонкой кишке. Значение белков для организма. Формы азотистого баланса при разных состояниях организма. Роль печени в белковом обмене. Значение углеводов для организма. Регуляция уровня сахара в крови.Значение жира для организма.Регуляция жирового обмена в организме.Суточная потребность организма в жирах, белках и углеводах. Значение для организма воды и минеральных солей.Роль витаминов в жизнедеятельности организма.Методы исследования обмена энергии организма.Калорический эквивалент кислорода.Дыхательный коэффициент,его значение как показателя состава окисляемых веществ.Сущность обмена веществ,энергии и значение этих процессов для жизнедеятельности организма.Понятие об основном обмене.Факторы, определяющие уровень основного обмена .Прямая и непрямая калориметрия.Расход энергии при трудовой и спортивной деятельности.Обмен белков,жиров и углеводов.Энергообмен при мышечной работе.	2
Тема 10	Практическое занятие-13 –Органы выделения,функции почек.Мочеобразование, его механизмы.Функции потовых желез.Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.Отличие экскреции от секреции.Органы,учвствующие в процессе выделения (экскреция).Физиологические функции почек.Функциональная единица почек и ее строение.Особенность кровобращения почек.Объем крови,проходящий через почки в 1 минуту.Факторы, создающие высокое артериальное давление в капиллярах клубочков.процессы, происходящие в клубочках и в канальцах нефрона.Отличие состава первичной мочи от состава плазмы крови.Факторы,от которых зависит объем клубочковой фильтрации, и количество первичной мочи, образуемой почками человека в сутки.Понятие о пороге выделения веществ почкой.Пороговые и непороговые вещества	2

	, выводимые почкой.Процессы,совершающиеся в петле Генле.Антидиуретический гормон, место его образования и механизм действия на мочеобразования.Физиологическое значение режима и механизма его действия.Отдел спинного мозга, в котором расположен рефлекторный центр мочеиспускания.	
Тема 11	*Практическое занятие-14- Исследование средней кожной температуры Основные процессы терморегуляции теплокровных организмов - теплообразование и теплоотдача Температура различных участков кожи. Химическая и физическая терморегуляция. - Границы терморегуляции у человека	2
Тема 11	Практическое занятие-15 -Значение для организма постоянства температуры тела. -Температурная карта тела. -Механизмы образования тепла в организме. -Химическая и физическая терморегуляция. -Нервная и гуморальная терморегуляция. -Механизмы теплоотдачи. -Границы терморегуляции у человека. -Регуляция процессов теплообразования в организме. -Регуляция процессов теплоотдачи в организме. -Теплообмен при мышечной работе. -Функции потовых желез и количество пота, выделяемого в условиях комфорта и при интенсивной физической нагрузке. -Иннервация потовых желез.	2
Тема 12	Практическое занятие -16- Железы внутренней и внешней секреции. Понятие о гормонах и нейрогормонах. - Функции гормонов передней, средней и задней долей гипофиза. - Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции. - Функции гормонов щитовидной железы. - Функции гормонов надпочечников. - Гормон инсулин, физиологический механизм его действия. - Действие на организм гормонов адреналина и норадреналина - Мужские и женские половые гормоны, их влияние на рост и развитие организма. - Физиологическое значение эпифиза. - Значение обратных связей в регуляции взаимодействия гормонов. - Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма.	2
Тема 12	Практическое занятие-17 – Общие закономерности деятельности организма.	2

ЗАОЧНОЕ ОБУЧЕНИЕ
4 семестр
ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Предмет физиологии. Основные функции и методы исследования ЦН С Значение процессов торможения в нервной деятельности. Координация деятельности ЦНС. Регуляция произвольных движений Высшая нервная деятельность.	2
2	Лекция № 2 – Физиология возбуждения тканей. Механизмы мышечного сокращения . Сила и работа мышц.	2
3	Лекция № 3 – Общие свойства сенсорных систем. Зрительная сенсорная система. Слуховая, вестибулярная и двигательная сенсорные системы. Значение сенсорных систем в спорте Кровь как внутренняя среда организма.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое функциональных занятие № 1 - Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню возможностей. Текущий контроль-центральная нервная система высшая нервная деятельность	2
2	Практическое занятие № 2 - Общие свойства и значение сенсорных систем. - Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. - Преломление света (рефракция и аккомодация). - Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
3	Практическое занятие № 3 - Функция вестибулярной сенсорной системы. - Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Функции слуховой сенсорной систем Текущий контроль- сенсорные системы	2
4	Практическое занятие - 4 Электромиограмма. Особенности ЭМГ при статических напряжениях и динамической работе, изменения ЭМГ при нарастании мощности работы и при утомлении. Эргография. Закон средних нагрузок. Текущий контроль – Нервно-мышечная физиология	2

5 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1 - Физиология сердца. Физиологические закономерности кровообращения. Физиология кровотока. Регуляция кровообращения. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола.	2
2	-Лекция № 2 -Нервная и гуморальная регуляция дыхания. Пищеварение, обмен веществ и энергии**.**	2
3	Лекция № 3 – Физиология выделительных процессов**.** Физиологические основы терморегуляции Железы внутренней секреции	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1 –Электрокардиограмм. Свойства сердечной мышцы - Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния.	2
2	Практическое занятие № 2– Определить показатель реакции ССС на гипоксию по данным частоты пульса -проба Штанге -проба Генче Текущий контроль - кровообращение	2
3	Практическое занятие № 3 - Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Текущий контроль- дыхание	2
4	Практическое занятие № 4 -Определение основного обмена с учетом пола, возраста и веса. Расчет энерготрат с учетом вида деятельности. Расчет энерготрат с учетом показателей пульса. Текущий контроль- Физиология пищеварение	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Брин, В.Б. Физиология человека в схемах и таблицах : учебное пособие / В.Б. Брин. - 5-е изд., стер. - Санкт-Петербург ; Москва ; Краснодар : Лань, 2018. - 605, [2] с. : ил.
2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451329
3. Ланская, О.В. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы дыхания : учебное пособие / О.В. Ланская, И.Н. Бучацкая; [Великолукская государственная академия физической культуры и спорта]. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 3,20 МБ). - Великие Луки : [б. и.], 2015. – 157 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Методы физиологических исследований : учебное пособие для бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" / Д.С. Мельников, Ю.А. Поварещенкова, В.В. Селиверстова, Н.В. Кудрявцева. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. – 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Сай, Ю.В. Анатомия и физиология. Словарь терминов и понятий : учебное пособие / Ю.В. Сай, Н.М. Кузнецова. - Санкт-Петербург [и др.] : Лань, 2019. - 113, [1] с.
6. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для вузов физической культуры, [для студентов, аспирантов, научных сотрудников, преподавателей, тренеров и врачей, работающих в области физической культуры] / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 8-е изд. - Москва : Спорт, 2018. - 618, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айзман, Р.И. Физиология человека : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 44.04.01 (050100.62) "Педагогическое образование" (профили "Безопасность жизнедеятельности", "Биология", "Психология") / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскалова, Н.С. Шуленина. - 2-е изд., перераб. и испр. - Москва : ИНФРА-М, 2015. - 431, [1] с. : ил.
2. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека : учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся по специальностям "Лечебное дело", "Медико-профилактическое дело", "Сестринское дело", "Фармация", по дисциплине "Анатомия и физиология человека" / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
3. Григорьева, Е. В. Возрастная анатомия и физиология : учебное пособие для вузов / Е. В. Григорьева, В. П. Мальцев, Н. А. Белоусова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11443-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455314
4. Дробинская, А. О. Анатомия и возрастная физиология : учебник для вузов / А. О. Дробинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04086-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449808
5. Корягина, Ю.В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / Ю.В. Корягина, Ю.П. Салова, Т.П. Замчий ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 153 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336075

6. Нормальная физиология : учебник / К.В. Судаков, В.В. Андрианов, Ю.Е. Вагин [и др.]; под ред. К. В. Судакова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 875 с. : ил.
7. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учебное пособие / под общ. ред. А.С. Солодкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 198 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210496
8. Руководство к практическим занятиям по физиологии : учебное пособие / сост. Ю.П. Салова, Т.П. Замчий, Г.В. Самойлова ; Министерство спорта Российской Федерации и др. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 151 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429369
9. Сапего, А.В. Практикум по физиологии человека : учебное пособие / А.В. Сапего. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2012. – 84 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232472
10. Швырев, А.А. Анатомия и физиология человека с основами общей патологии : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования, обучающихся в медицинских училищах и колледжах / А.А. Швырев; под общ. ред. Р. Ф. Морозовой. - Изд. 8-е, стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 411, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №409** (4 этаж, нежилое помещение №15) – Специализированная мебель: Учебный стол-32шт, скамья-32шт., стол письменный-2шт., стул-4шт., трибуна-1шт. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: доска меловая-2шт,стационарное мультимедийное оборудование (Проектор ACER X1260, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №412** (4 этаж, нежилое помещение №7) – Специализированная мебель: Учебный стол-13шт, скамья-13шт., стол письменный-1шт. стул-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., проектор ACER X1260-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01. Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01. Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность

_____**Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«17» июня 2019 г., протокол №10

Зав. кафедрой _____**Дорофейков В.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 20 19 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
ст. преподаватель каф. биохимии Анненко И.Ю.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на I курсе по очной иII курсе по заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - химический состав организма человека − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; ОПК – 1.2. Умеет − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;	Знает: - химический состав организма человека − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; Умеет − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;
ОПК-9	ОПК-9.1. Знает: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека ОПК-9.2. Умеет: - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей	Знает: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека Умеет: - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшеству-

	нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи ОПК-9.3. Имеет опыт - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе	ющей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи Имеет опыт - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**54**	54							
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**20**	20							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**34**	34							
Промежуточная аттестация (экзамен)		**27**	27							
Самостоятельная работа студента		**27**	27							
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108							
	зачетные единицы	**3**	3							

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**14**			14						
В том числе:											
Занятия лекционного типа		**6**			6						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**8**			8						
Промежуточная аттестация (экзамен)		**9**			9						
Самостоятельная работа студента		**85**			85						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			108						
	зачетные единицы	**3**									

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п.п.	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Химический состав организма	Общая характеристика химического состава организма. Основы органической химии. Строение и биологическая роль белков, нуклеиновых кислот, углеводов, липидов.	Знания: - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - химический состав организма человека.
2.	Общая характеристика обмена веществ	Обмен веществ и энергии между организмом и окружающей средой. Биологическая роль пищеварения. Основные закономерности катаболизма и анаболизма. Тканевое дыхание. АТФ – строение, биологическая роль. Ферменты	Знания: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; − возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; − особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп
3.	Обмен отдельных классов органических соединений.	Переваривание и всасывание белков, нуклеиновых кислот, углеводов и липидов. Синтез белков. Анаэробное и аэробное окисление углеводов. Синтез и распад гликогена. Синтез и окисление жирных кислот.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека. Умения: − выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе
4.	Витамины. Гормоны	Биологическая роль и классификация витаминов. Авитоминозы, гипо- и гипервитаминозы. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.
5.	Биохимия крови, почек и мочи.	Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение и химический состав эритроцитов. Участие лейкоцитов в обеспечении им-	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических

		мунитета. Строение нефрона и этапы образования мочи. Химический состав мочи. Интерпретация данных клинико-лабораторных исследований мочи и крови.	элементов и веществ на жизнедеятельность человека Умения: - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1. Строение и биологическая роль белков**. Общая характеристика строения белков. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химических связей между аминокислотами. Строение полипептида. Классификация белков. Белки простые и сложные. Пространственное строение белковой молекулы. Амфотерность белков. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, сократительная, регуляторная, транспортная, защитная, энергетическая.	2
2.	**Лекция №2. Общие закономерности обмена веществ.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Макроэргические соединения. АТФ – универсальный источник энергии.Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Гидролиз - основной способ расщепления пищевых веществ. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Образование АТФ в процессе катаболизма. Цикл Кребса – завершающий этап катаболизма. Анаболизм.	2
2.	**Лекция № 3. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций ворганизме. Строение ферментов: активный иаллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2
2.	**Лекция №4. Биологическое окисление.** Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование. Другие типы биологического окисления: анаэробное, микросомальноеи свободнорадикальное окисление.	2
3.	**Лекция № 5. Обмен углеводов.** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Основные стадии синтеза гликогена из глюкозы (гликогенез). Распад гликогена до глюкозы. Гипергликемия и гипогликемия.Превращение углеводов ГДФ-пути – один из основных источников энергии. Распад гликогена и глюкозы до пировиноградной кислоты (ПВК), отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Окислительное декарбоксилирование ПВК, итоговое уравнение, энергетический эффект. Цикл трикарбоновых кислот (ЦТК), биологическая роль, схема цикла, итоговое уравнение, энергетический эффект. Итоговое уравнение полного окисления глюкозы и гликогена. Анаэробный распад углеводов. Механизм образования молочной кислоты. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза	2
3.	**Лекция № 6. Обмен жиров.** Переваривание и всасывание жиров. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Липопротеиды плазмы крови. Липидограмма.	2
3.	**Лекция № 7. Обмен белков.** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз	2

	тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция. Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Азотистый баланс.	
4.	**Лекция № 8. Витамины. Гормоны.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6,B, B_{12}, B_c, C, PPP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D,E, K. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	2
5.	**Лекция № 9. Биохимия крови.** Общая характеристика крови. Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Кислотно-щелочной баланс крови.	2
5.	**Лекция № 10. Биохимия почек и мочи.** Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Патологические компоненты мочи.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**занятие 1. Основы органической химии** Теория строения органических соединений А.М. Бутлерова. Классификация и номенклатура органических соединений. Углеводороды, кислородсодержащие органические молекулы. Функциональные группы.	2
1.	**занятие 2. Строение и биологическая роль белков.** Общая характеристика строения белков. Общая характеристика аминокислот. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химической связи в молекуле белка. Белки простые и сложные. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, транспортная, защитная, энергетическая. **Лабораторная работа.**Полуколичественный экспресс-анализ определения белка в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
1	**занятие № 3. Строение и биологическая роль углеводов.** Общая характеристика строения углеводов. Альдозы и кетозы. Классификация углеводов. Моносахариды. Строение и биологическая роль глюкозы. Олигосахариды. Строение и биологическая роль лактозы и сахарозы. Полисахариды. Строение и биологическая роль гликогена, крахмала и целлюлозы. Мукополисахариды	2
1.	**занятие № 4. Строение и биологическая роль липидов** Общая характеристика липидов. Строение жиров. Насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты. Полиненасыщенные жирные кислоты. Наиболее распространенные в природе жирные кислоты. Биологическая роль жиров. Общая характеристика липидов. Классификация липидов. Холестерин и его производные. Роль липидов в построении мембран	2
2.	**занятие № 5. Общие закономерности обмена веществ.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой.Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Общий путь катаболизма. Регуляция	2

	этапов общего пути катаболизма. Образование АТФ в процессе катаболизма. Общая характеристика анаболизма.	
2.	**занятие № 6. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций ворганизме. Строение ферментов: активный иаллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2
2.	**занятие № 7. Биологическое окисление.** Свободное и сопряженное окисление. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование.	2
3.	**занятие № 8. Обмен углеводов.** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Синтез и распад гликогена. Регуляция метаболизма гликогена Гипергликемия и гипогликемия.Анаэробный распад углеводов. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения глюкозы в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3.	**занятие № 9. Обмен углеводов** Аэробный распад гликогена и глюкозы. Отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Роль аэробного и анаэробного окисления глюкозы в энергообеспечении двигательной деятельности. ГМФ-путь распада углеводов. Синтез глюкозы (глюконеогенез).	2
3.	**занятие № 10. Обмен жиров.** Переваривание и всасывание жиров. Ожирение. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Обмен холестерина. Липопротеины плазмы крови. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения кетоновых тел в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3.	**Занятие № 11. Строение и биологическая роль нуклеиновых кислот. Обмен нуклеиновых кислот.** Общая характеристика нуклеиновых кислот. Строение мононуклеотидов. Азотистые основания, входящие в состав нуклеиновых кислот. Образование полинуклеотидов. Спаривание азотистых оснований. Комплементарность. Строение молекулы ДНК. Биологическая роль РНК и ДНК. Переваривание и всасывание нуклеиновых кислот. Внутриклеточный распад нуклеиновых кислот. Судьба азотистых оснований. Синтез пуриновых и пиримидиновых мононуклеотидов. Репликация и транскрипция.	2
3	**занятие № 12. Обмен белков** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция.Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Общая характеристика метаболизмааминокислот. Общие пути распада аминокислот: декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Роль витамина B_6в метаболизме аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака. Использование аминокислот для синтеза небелковых соединений	2
4.	**занятие № 13. Витамины.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в орга-	2

	низме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6,B, B_{12}, B_c, C, PPP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D,E, K. Рубежный контроль	
4.	**занятие № 14. Гормоны.** Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов (место образования, строение, биологическую роль, проявление гипер- и гипопродукции).	2
5.	**занятие № 15. Биохимия крови.** Общая характеристика крови. Биологические функции. Химический состав. Основные белки крови. Понятие об осмотическом и онкотическом давлении, pH крови. Буферные системы крови. Небелковые азотсодержащие вещества. Обмен воды в организме. Обмен минеральных веществ. Основные характеристики обмена важнейших минеральных веществ (калия, натрия, кальция, фосфора, железа и др.)	2
5	**занятие № 16. Биохимия крови.** Основные ферменты крови. Причины появления ферментов в крови. Понятие о гипо- и гиперферментемиях. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. **Лабораторная работа.**Получение сыворотки и плазмы крови	2
5.	**занятие № 17.** **Биохимия почек и мочи.** Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. **Лабораторная работа**.Определение кислотности и удельной плотности мочи с помощью индикаторных тест-полосок	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	Кол-во Часов
1.	**Лекция № 1.** Строение и биологическая роль белков Общая характеристика строения белков. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химических связей между аминокислотами. Строение полипептида. Классификация белков. Белки простые и сложные. Пространственное строение белковой молекулы. Амфотерность белков. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, сократительная, регуляторная, транспортная, защитная, энергетическая.	2
2.	**Лекция № 2. Общие закономерности обмена веществ. Биологическое окисление.** Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Макроэргические соединения. АТФ – универсальный источник энергии.Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Образование АТФ в процессе катаболизма. Анаболизм. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование. Другие типы биологического окисления: анаэробное, микросомальноеи свободнорадикальное окисление	2
2	**Лекция № 3. Ферментативный катализ.** Ферменты – катализаторы химических реакций ворганизме. Строение ферментов: активный иаллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во Часов
3	**занятие № 1. Обмен углеводов** Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Синтез и распад гликогена. Регуляция метаболизма гликогена Гипергликемия и гипогликемия. Анаэробный распад углеводов. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза. Аэробный распад гликогена и глюкозы. Отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Роль аэробного и анаэробного окисления глюкозы в энергообеспечении двигательной деятельности. ГМФ-путь распада углеводов. Синтез глюкозы (глюконеогенез).	2
3	**занятие № 2. Обмен жиров** Переваривание и всасывание жиров. Ожирение. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Обмен холестерина. Липопротеины плазмы крови. **Лабораторная работа.** Полуколичественный экспресс – метод определения кетоновых тел в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3.	**занятие № 3. Обмен белков** Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – тран-	2

	скрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция.Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Общая характеристика метаболизмааминокислот. Общие пути распада аминокислот: декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Роль витамина B_6в метаболизме аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака. Использование аминокислот для синтеза небелковых соединений	
5.	**занятие № 3. Витамины. Гормоны.** Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов B_1, B_2, B_5, B_6,B, B_{12}, B_c, C, PPP. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов A, D,E, K. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биохимия человека [Текст] : учебное пособие для вузов по специальности 050720.65 "Физическая культура" / Л.В. Капилевич [и др.]; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва : Юрайт, 2016. - 151 с. : ил. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru.
2. Вощинина, Н.А. Химический анализ [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.А. Вощинина. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 153 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 132 с. : ил., табл., схем., граф. - Библиогр.: с. 128. - ISBN 978-5-91930-034-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348
4. Ершов, Ю.А. Биохимия человека [Текст] : учебник для академического бакалавриата по естественнонаучным направлениям и специальностям / Ю.А. Ершов. - 2-е изд, перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2016. - 372, [2] с. : ил. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru.
5. Михайлов, С.С.Биохимия человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 110 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050720.65 "Физическая культура" / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва : Юрайт, 2020. - 151 с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аверина, Л.В. Основы биохимии (для студентов физкультурных учебных заведений) [Текст] : [учебное пособие] / Л.В. Аверина, Н.Е. Захаров, С.А. Евсюкова; Брянский филиал Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург). - Брянск : [Издательство Брянского государственного университета], 2014. - 50 с. : ил.
2. Барышева, Е. Теоретические основы биохимии : учебное пособие / Е. Барышева, О. Баранова, Т. Гамбург ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2011. - 360 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259198
3. Курс лекций по биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 188 с. : табл., схем., ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274672
4. Михайлов, С.С. Биохимия двигательной деятельности [Текст] : учебник / С.С. Михайлов. - [7-е изд., стер.]. - Москва : Человек : Спорт, 2018. - 291, [1] с. : ил.
5. Михайлов, С.С. Самостоятельная работа студентов по дисциплинам "Биохимия человека" и "Спортивная биохимия" [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / С.С. Михайлов, Е.В. Шапот. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 107 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 147 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Плакунов, В.К. Основы динамической биохимии : учебное пособие / В.К. Плакунов, Ю.А. Николаев. - Москва : Логос, 2010. - 216 с. - (Новая университетская библиотека). - ISBN 978-5-98704-493-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=84985
8. Соколова, О.Я. Биохимические основы биологических процессов. Лабораторный практикум : учебное пособие / О.Я. Соколова, Е.В. Бибарцева, О.А. Науменко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2015. - 97 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1267-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439079

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №313** (2 этаж, нежилое помещение №3) – Специализированная мебель: Учебный стол-13шт, стул-27шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X125H-1шт., Экран переносной-1шт., Ноутбук Acer-1шт., Спектрофотометр СФ-26.
- **Лаборатория кафедры биохимии** (2 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: стол письменный-4 шт., стул-4шт. Оборудование: Компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400pHep-2шт., pH-метр водонепроницаемый-1шт., флуориметр-"Флукон"-1шт, фотометр лабораторный медицинский Stat fax 3200-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Биомеханика двигательной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура

профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 11

Зав. кафедрой **Самсонова А.В.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
профессор, канд.биол.наук, доцент Кичайкина Н.Б.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на II курсе по очной форме обучения, на III курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***(экзамен).***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1.	ОПК-1.1. - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханика статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	Знает: - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
	ОПК-1.2. - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	Умеет: - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
	ОПК-1.3. - биомеханический анализ статических положений и движений человека.	Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
ОПК – 2.	ОПК-2.1. - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханика статических положений и различных видов движений человека.	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека.
	ОПК-2.2. - определять биомеханические характеристики тела человека и его	Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его

	движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека.	движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека.
	ОПК-2.3. - биомеханический анализ статических положений и движений человека.	Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
ОПК – 9.	ОПК-9.1. - механические характеристики тела человека и его движений.	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений.
	ОПК-9.2. - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека.	Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека.
	ОПК-9.3. - применять методы биомеханического контроля движений и физических способностей человека.	Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20				20				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		34				34				
Промежуточная аттестация (экзамен)		27				27				
Самостоятельная работа студента		27				27				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108				
	зачетные единицы	**3**				3				

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися										
В том числе:										
Занятия лекционного типа		6					6			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		10					10			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		9					9			
Самостоятельная работа студента		83					83			
Общая трудоемкость	**часы**	**108**					108			
	зачетные единицы	**3**					3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет биомеханики. История развития биомеханики. Опорно-двигательный аппарат (ОДА) как биомеханическая система	Биомеханика ОДА человека. Строение и функции биомеханической системы аппарата движения. Биомеханические пары и цепи. Степени свободы и связи. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная модель мышцы. Характеристические кривые мышечного сокращения.	Знает: - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека. Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений. Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
2.	Силы, действующие на аппарат движения человека.	Силы внешние и внутренние. Относительность этого понятия. Сила тяжести тела. Сила реакции опоры. Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние).	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений; Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
3.	Биомеханика статических положений.	Статическое положение, как элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Моменты силы тяжести в сочленениях кинематической цепи. Механизм фиксации позы в статическом положении. Определение мышечных связей. Виды устойчивости равновесия.	Знает: - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; Умеет: - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
4.	Биомеханические характеристики двигательных действий человека.	Кинематические характеристики поступательного и вращательного движения человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристики	Знает: - механические характеристики тела человека и его движений; Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; Имеет опыт: - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.
5.	Биомеханические технологии формирования и	Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях, анализ	Знает: - биомеханику статических положений и различных видов движений человека;

	совершенствования движений человека.	механизма вращения тела. Характеристика взаимодействия внешних и внутренних сил при взаимодействии с опорой. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания. Управление вращательным движением тела с изменением кинетического момента. Управление вращением тела с сохранением кинетического момента.	- механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Умеет: - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью. Имеет опыт: - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция № 1. Предмет, история развития биомеханики. Основные понятия биомеханики. Биомеханика опорно-двигательного аппарата. Особенности строения и функций аппарата движения. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги. Особенности управления движения биокинематических цепей. Степени подвижности и границы подвижности.	2
1.	Лекция № 2. Мышцы как управляемый элемент аппарата движения. Типы мышечных волокон. Композиция мышечных волокон. Понятие о двигательной единицу. Биомеханические свойства мышц: сократимость, упругость, прочность, вязкость, релаксация. Трехкомпонентная модель мышц. Характеристические кривые мышц «длина-сила», «скорость-сила».	2
2.	Лекция № 3. Силы, действующие на аппарат движения человека. Понятие о внешних и внутренних силах. Относительность этого понятия. Сила тяжести. Сила реакции (внешняя и внутренняя). Сила трения (внешняя и внутренняя). Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние). Использование инерциионных сил в структуре движений как критерий эффективности техники двигательных действий	2
3.	Лекция № 4. Биомеханика статических положений. Статическое положение как важный элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Определение общего центра тяжести тела и центров тяжести отдельных кинематических звеньев тела. Силы, приложенные к аппарату движения при статической нагрузке. Реакция связи в суставе. Уравнения равновесия. Мышечные связи, фиксирующие сочленения кинематической цепи.	2
3.	Лекция № 5. Биомеханика статических положений. Моменты сил тяжести в сочленениях кинематической цепи. Определение нагрузки на мышцы, фиксирующие сустав. Механизм фиксации позы в статическом положении. Управление равновесием статического положения. Виды устойчивости равновесия биомеханической системы при статической нагрузке. Статический и динамический показатели устойчивости равновесия. Анализ дыхания в статическом положении. Роль собственно дыхательных и вспомогательно-дыхательных мышц в регуляция	2

	дыхательной функции	
4.	Лекция № 6. Биомеханических характеристики двигательных действий человека. Кинематические характеристики характерных точек тела человека (пространственные, временные, пространственно-временные). Кинематические характеристики поступательного, вращательного, плоскопараллельного движения тела человека. Взаимосвязь кинематических параметров поступательного и вращательного движения человека. Роль кинематических характеристик в анализе и оценке техники спортивных движений.	2
4.	Лекция № 7. Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы и закон поведения системы. Динамические характеристики, отражающие меру взаимодействия между телами: сила, момент силы, импульс силы, импульс моменты силы, работа силы, работа момента силы. Динамические характеристики, отражающие изменение состояния системы в результате взаимодействия: импульс тела (количество движения), кинетический момент, кинетическая энергия поступательного движения, кинетическая энергия вращательного движения человека. Закономерности взаимосвязи характеристик, отражающих меру взаимодействия тел и характеристик, отражающих изменения состояния тел после взаимодействия – как теоретическая основа вопросов управления двигательными действиями и вопросов коррекции и моделирование техники двигательных действий.	2
5.	Лекция № 8. Анализ механизма взаимодействия спортсмена с опорой в локомоция. Характеристики взаимодействия внешних и внутренних сил в локомоциях. Биомеханические факторы формирования импульса силы отталкивания в локомоция. Режим работы мышц при отталкивании. Анализ и коррекции техники отталкивания в локомоциях с учётом особенностей моторики человека.	2
5.	Лекция № 9. Две задачи динамики в анализе техники двигательных действий. Решение основной задачи динамики как способ оценки техники двигательных действий и степени реализации двигательных способностей человека. Моделирование механизма взаимодействия спортсмена с опорой. Цель моделирования – нахождение оптимальных вариантов взаимосвязи механических характеристик взаимодействия с опорой, обеспечивающих наивысший результат, соответствующей двигательным способностям спортсмена.	2
5.	Лекция № 10. Управление вращением тела. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела с сохранением кинетического момента (на опоре, в полётной фазе). Управление вращением тела без начальной угловой скорости.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Семинар 1. *Текущий контроль №1.* Контрольное задание: проверка остаточных теоретических знаний по дисциплине – пререквизитам. Учебно- исследовательская работа студентов 1 (УИРС –1). «Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений)» I этап. Определение положений ОЦТ и ЦТ звеньев тела.	1 1
1,2,3	Семинар 2 (УИРС – 1). Механизм фиксации позы при статической нагрузке. Определение и анализ мышечных связей. Расчёт моментов сил тяжести в сочленениях биокинематической цепи. Определение степени нагрузки на мышечные группы, фиксирующие сустав.	2
1,2,3	Семинар 3. Устойчивость равновесия биомеханической системы. Вопросы	2

	управления равновесия биомеханической системы. Анализ условий дыхания при статической нагрузки. Оценка условий дыхания.	
1,2,3	Семинар 4. *Текущий контроль №2 по темам 1,2,3.*	2
4	Семинар 5. Расчёт временных характеристик тазобедренного сустава по промеру. Построение хронограммы, анализ и оценка связи временных характеристик двигательных действий спортсмена. Расчёт перемещений, скоростей и ускорение характерных точек аппарата движения (согласно представленным маркерам), в цикле бегового шага (по промеру).	2
4	Семинар 6. *Текущий контроль 3 по теме 4.*	2
4,5	Семинар 7 (УИРС-3). Анализ механизма взаимодействия с опорой. Фазовый состав и фазовая структура отталкивания. Взаимодействие внешних и внутренних сил при отталкивании. Механизм формирования динамической составляющей силы реакции опоры.	2
4,5	Семинар 8. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания от опоры. Расчёт импульса сила отталкивания по данным тензодинамограммы. Исследование роли маха руками при отталкивании.	2
5	Семинар 9. Зависимость вариантов отталкивания (жёсткая, взрывное или медленно-жимовое) от особенностей индивидуальной моторики исследуемых спортсменов. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик отталкивания. Анализ и оценка техники отталкивания	2
5	Семинар 10. *Текущий контроль 4 по теме 5.*	2
5	Семинар 11. (УИРС-4). «Анализ механизма вращения тела» Расчёт кинематических характеристик вращательных движений. Внешние силы, приложенный к центру масс вращающегося тела. Внутренние силы, формирующие позу гимнаста при выполнении большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 12. Момент инерции тела как регулирующий фактор управления вращением. Методы расчёта момент инерции тела гимнаста относительно перекладины. Кинетический момент.	2
5	Семинар 13. Управление вращением на перекладине с использованием механизма изменения момента силы тяжести гимнаста. Работа моменты силы тяжести в первой и второй половине большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 14. Работа внешних и внутренних сил при выполнении большого оборота на перекладине. Энергетические условия выполнение большого оборота на перекладине.	2
5	Семинар 15. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела сохранением кинетического момента (на опоре, в безопасном положении). Управление вращением тела без начальный условной скорости.	2
5	Семинар 16. *Текущий контроль 5 по теме 5.*	2
1,2,3,4,5	Семинар 17. Рубежный контроль.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1,2,3	Лекция № 1. Предмет и задачи биомеханики. История развития биомеханики. Особенности строения и функции опорно-двигательного аппарата как биомеханической системы. Кинематические пары и цепи.	2

	Звенья тела как рычаги. Механические свойства мышц. Типы мышечных волокон, двигательные единицы, управление активностью мышц. Силы, действующей на ОДА спортсмена. Силы внешние и внутренние.	
4	Лекция № 2. Основные биомеханические характеристики двигательных действий. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик и механизмы, лежащие в основе этих связей. Закономерности формирования, совершенствования и управления системами движений (спортивной техникой).	2
5	Лекция № 3. Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях. Биомеханические факторы, формирующие импульс сила отталкивания. Закономерности взаимосвязи механических характеристик взаимодействия с опорой. Оценка и коррекции техники отталкивания с учётом особенностей моторики спортсмена. Анализ вращения тела. Кинематика и динамика вращения тела спортсмена. Закономерности управления вращением тела с изменением и сохранением кинетического момента.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1,2,3	Семинар 1 (УИРС -1). Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений). Моменты и силы тяжести в сочленениях биоцепи. Механизм фиксации позы. Устойчивость равновесия биомеханической системы. Условия дыхания при статической нагрузке. Текущий контроль 1 по темам 1,2,3.	2
4,5	Семинар 2 (УИРС – 2). «Анализ механизма взаимодействия с опорой». Биомеханические факторы, формирующие импульс сила отталкивания. Закономерности взаимодействия механических характеристик отталкивания и механизмы, лежащие в основе их реализации. Оценка и коррекции техники отталкивания с учётом особенностей двигательных способностей спортсмена. Текущий контроль 2 по темам 4,5.	2
4,5	Семинар 3 (УИРС – 3). «Анализ механизма вращения тела». Биомеханика вращений тела. Момент инерции тела гимнаста как регулирующий фактор в управлении вращением. Управление вращение спортсмена на перекладине с использование механизма изменения момента силы тяжести. Работа момента силы тяжести. Энергетическое условие выполнения большого оборота на перекладине. Текущий контроль 3 по темам 4,5.	2
1,2,3,4,5	Семинар 4. Рубежный контроль. Контрольные задания.	2
1,2,3,4,5	Семинар 5. Контрольная работа.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

ОСНОВНАЯ:

1. Биомеханика двигательной деятельности: механика : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
3. Математический аппарат биомеханики : учебное пособие по направлениям 44.03.01 "Физическая культура" и 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / А.Б. Яковлев, В.В.

Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 71 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению "Физическая культура" / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 314, [1] с. : ил.
5. Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/456842

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Карпеев, А.Г. Биомеханика : учебное пособие / А.Г. Карпеев, Н.П. Курнакова, Г.А. Коновалов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – Ч. 1. – 148 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429352
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханические закономерности упражнений с сохранением положения тела, локомоторных и вращательных движений : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура", 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / Н.Б. Кичайкина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 51 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
3. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 183 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
4. Коренберг, В.Б. Лекции по спортивной биомеханике : учебное пособие / В.Б. Коренберг. – Москва : Советский спорт, 2011. – 208 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210440
5. Курысь, В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования. осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300(62) - Физическая культура / В.Н. Курысь. - Москва : Советский спорт, 2013. - 366, [1] с. : ил.
6. Попов, Г.И. Биомеханика : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" / Г.И. Попов. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2013. - 253, [1] с. : ил.
7. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учебник / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - М. : Академия, 2011. - 314, [1] с. : ил.
8. Чигарев, А.В. Биомеханика : учебник для студентов вузов / А.В. Чигарев, Г.И. Михасев, А.В. Борисов. - Минск : Изд-во Гревцова, 2010. - 282, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru

- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ *представляется*

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №28** (2 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-40шт., скамья-40шт., стол письменный-1шт., доска меловая-2шт. Оборудование: стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400), комплект усилительного оборудования VOLTA E-12A-1-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №233** (3 этаж, нежилое помещение №2) – Учебный стол-21шт, скамья-21шт., стол письменный-2шт., стул-4шт. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: доска меловая-2шт, стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор ACER P5205, Экран DINON Manual180x240MW настенный, Ноутбук Bliss 5055C); Стабилоплатформа "Стабилан"-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- **Специализированная аудитория №34 (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение №26) - Специализированная мебель: Учебный стол-21шт., письменный стол-1шт.; стул-43шт. Оборудование: Беспроводной аппаратно-программный комплекс биологической обратной связи Delsys-1шт., велотренажер Polo S-1шт., вибрационный вискоэластомер биотканей ВВЭМ-05-1шт., монитор сердечного ритма Полар 625-1.шт., регистратор поверхностных электромиограмм-1шт., телевизор SAMSUNG CS-21-1шт., фотоаппарат Canon A 620+SD Kingston 512Mb-1шт., ноутбук ASUS X71SL 17.1"WXGA C2D T5900-1шт.

- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно

распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 «Физическая культура»
Физкультурно-оздоровительная
деятельность

Мосунова М.Д

Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры
«19» __июня_____2019_г., протокол №11

Зав. кафедрой_____Цаллагова Р.Б.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«10» июня 2019 г., протокол №14

Автор-разработчик:
Доцент, к.м.н. Дубкова Н.В.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения и на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен**.**

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
Обеспечение безопасности	ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-6	ОПК-6.1**Знает:** - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2 **Умеет:**использовать накопленные в	**Знания:** -Составляющие и способы поддержания здорового образа жизни. - закономерности физического развития. - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков. - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта. - гигиенические средства восстановления. - гигиенические

	области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах. ОПК-6.3 **Имеет опыт:** применения методик оценки физического развития детей и подростков; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.-	принципы закаливания. - принципы рационального питания. - особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности. - понятие «пищевой статус». **Умения:** - Соблюдение правил личной гигиены, организация профилактики заболеваний. - планирование тренировки с учетом санитарно-гигиенических требований. - реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. - соблюдение гигиенических аспектов тренировочного режима. -составление базовой части меню-раскладки. - проведение мероприятий по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах. **Навыки:** - оценка физического развития детей и подростков. - владение способами расчета суточных энерготрат. - способность провести

		беседу о важности регулярных занятий ФК и спортом, сохранении здорового образа жизни.
ОПК - 7	ОПК-7.1 **Знает:**предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - ОПК-7.2 **Умеет:**обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах. ОПК-7.3 **Имеет опыт:**измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению	**Знания:** -основы гигиены. - разделы гигиены. - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом. - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. - факторы микроклимата в спортивных сооружениях. - приборы для измерения основных параметров микроклимата. - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов. - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения

	инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; -	физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп. **Умения:** - обеспечение техники безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм. - оценка санитарно-гигиенического состояние спортивного зала. - проведение мероприятий по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах. **Навыки:** - измерение основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечение безопасности проведения учебных и дополнительных занятий с учетом соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54			54					
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20			20					
Занятия семинарского типа (практические занятия, лабораторные практикумы)		34			34					
Промежуточная аттестация (экзамен)		27			27					
Самостоятельная работа студента		27			27					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			**108**					
	зачетные единицы	**3**			**3**					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10								10	
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6								6	
Занятия семинарского типа (практические занятия)		4								4	
Промежуточная аттестация (экзамен)		9								9	
Самостоятельная работа студента		89								89	
Из них, выполнение контрольной работы		20								20	
Общая трудоемкость	**часы**	**108**								108	
	зачетные единицы	**3**								3	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Определение понятия гигиены. Здоровый образ жизни.	Гигиена - профилактическая дисциплина и наука. Исторические этапы развития гигиены. Предмет и задачи гигиены спорта. Здоровый	**Знания:** Санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта. Основы гигиены.

		образ жизни. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности спортсменов. Физкультурно-оздоровительные центры, фитнес клубы в решении оздоровительных проблем массовой физической культуры.	Разделы гигиены. Нормативнаядокументация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Составляющие и способы поддержания здорового образа жизни. Гигиенические средства восстановления. Гигиенические принципы закаливания. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности. **Умения:**Соблюдение правил личной гигиены, организация профилактики заболеваний. Планирование тренировки с учетом санитарно-гигиенических требований. Реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. Соблюдение гигиенических аспектов тренировочного режима. проведение мероприятий по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах. **Навыки**: Способность провести беседу о важности регулярных занятий ФК и спортом, сохранении здорового образа жизни. Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.

2.	Микроклимат. Факторы обитаемости.	Гигиеническая характеристика факторов обитаемости спортивных сооружений. Роль микроклимата в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов. Роль водного фактора в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов. Параметры микроклимата (температуры, влажности и подвижности воздуха) Комплексная оценка микроклимата в спортивных сооружениях. Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам отопления и вентиляции. Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам естественного и искусственного освещения. Санитарно-химическая оценка доброкачественности воды. Способы обеззараживания. Пути и методы рационализации санитарно-гигиенических условий в плавательных бассейнах.	**Знания:**санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом. Нормативная документация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Факторы микроклимата в спортивных сооружениях. Приборы для измерения основных параметров микроклимата. Санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности. **Умения:** Планирование тренировки с учетом санитарно-гигиенических требований. Реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. Обеспечение техники безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм. Оценка санитарно-гигиенического состояние спортивного зала. **Навыки:** Измерение основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях. Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;

			Обеспечение безопасности проведения учебных и дополнительных занятий с учетом соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.
3	Гигиена питания.	Научные основы питания современного человека. Пищевой статус. Научные принципы формирования рационов спортсменов. Организация питания спортсменов. Количественная адекватность питания. Величина суточных энерготрат и энергоёмкости пищи в рационализации питания человека. Методические основы рационализации качественной адекватности питания. Анализ и коррекция состава суточного рациона по меню-раскладке. Методические основы организации рационального питания в спортивных коллективах Профилактика пищевых отравлений в спортивных коллективах. Методы оценки доброкачественности продуктов питания.	**Знания:** Нормативная документация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Принципы рационального питания. Особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности. Понятие «пищевой статус». Основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах. **Умения:** Составление базовой части меню-раскладки. **Навыки:** Владение способами расчета суточных энерготрат.
4	Охрана здоровья детей и подростков. Возрастная гигиена.	Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности. Физическое развитие детей и подростков. Комплексная оценка. Биологический возраст. Методы оценки. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности лиц пожилого возраста.	**Знания:**Закономерности физического развития. Влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков. Гигиенические принципы закаливания. Гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп. **Умения:**Реализация

		Гигиенические требования к организации занятий различными видами физкультурной деятельности с лицами пожилого возраста.	оздоровительной эффективности физической подготовки. Соблюдение гигиенических аспектов тренировочного режима. **Навыки:** Оценка физического развития детей и подростков. Способность провести беседу о важности регулярных занятий ФК и спортом, сохранении здорового образа жизни.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Гигиена – профилактическая дисциплина и наука. Предмет и задачи гигиены спорта.	2
1	Лекция №10. Здоровый образ жизни. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности спортсменов.	2
2	Лекция №2. Гигиеническая характеристика факторов обитаемости спортивных сооружений. Роль микроклимата в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов.	2
2	Лекция №3. Роль водного фактора в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов.	2
3	Лекция № 4.Научные основы питания современного человека.	2
3	Лекция№5. Пищевой статус. Научные принципы формирования рационов спортсменов.	2
3	Лекция №6. Профилактика пищевых отравлений в спортивных коллективах.	2
4	Лекция №7. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков.	2
4	Лекция №8. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности.	2
4	Лекция №9. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности лиц пожилого возраста.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	Кол-во часов
1.	Занятие №17. Физкультурно-оздоровительные центры в решении оздоровительных проблем массовой физической культуры.	2
2.	Занятие №1. Параметры микроклимата (температуры, влажности и подвижности воздуха). Комплексная оценка микроклимата в спортивных сооружениях.	2
2	Занятие №2. Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам отопления и вентиляции.	2
2	Занятие №3. Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам естественного и искусственного освещения.	2
2	Занятие№4. Санитарно-химическая оценка доброкачественности воды. Способы обеззараживания.	2
2	Занятие№5. Пути и методы рационализации санитарно-гигиенических условий в плавательных бассейнах.	2
3.	Занятие№6. Количественная адекватность питания. Величина суточных энерготрат и энергоёмкости пищи в рационализации питания человека.	2
3	Занятие №7. Методические основы рационализации качественной адекватности питания.	2
3	Занятие №8.Составление меню-раскладки.	2
3	Занятие№9. Анализ суточного рациона по меню-раскладке.	2
3	Занятие№10.Методические основы организации рационального питания в спортивных коллективах.	2
3	Занятие №11.Профилактика пищевых отравлений. Методы оценки доброкачественности продуктов питания.	2
3	Занятие №12. Методы оценки состояния здоровья спортсменов в зависимости от характера питания - пищевой статус.	2
4.	Занятие № 13. Физическое развитие детей и подростков. Комплексная оценка.	2
4	Занятие № 14.Методы оценки биологического возраста. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков.	2
4	Занятие № 15. Рационализация санитарно-гигиенических условий в детских дошкольных и общеобразовательных учреждениях.	2
4	Занятие № 16. Методические основы рационализации гигиенического обеспечения лиц пожилого возраста.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1,2	Лекция №1. Гигиена – профилактическая дисциплина и наука. Роль микроклимата и водного фактора в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов.	2
3	Лекция №2.Научные основы питания современного человека. Пищевой статус спортсмена. Профилактика пищевых отравлений в спортивных коллективах.	2
4	Лекция №3. Гигиена детей и подростков. Значение показателей физического развития и биологического возраста в практике физической культуры и спорта. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Санитарно-гигиеническая оценка основных параметров микроклимата (температуры, влажности и подвижности воздуха). Комплексная оценка микроклимата в спортивных сооружениях	2
2	Рационализация санитарно-гигиенических условий в детских дошкольных и общеобразовательных учреждениях.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Гигиенические требования к качеству воды. Системы очистки и обеззараживания воды : учебное пособие / В.А. Ляпин, Т.М. Любошенко, Ф.И. Разгонов и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 56 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459418
2. 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. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363
3. Полиевский, С. А. Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов : учебное пособие для вузов / С. А. Полиевский, Г. А. Ямалетдинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 122 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12804-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/448336
4. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: количественная и качественная адекватность питания студента-спортсмена [Электронный ресурс] : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 160 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена факторов окружающей среды. Физкультурно-спортивные сооружения [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Р.Б. Цаллагова, В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 150 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Гигиена физической культуры и спорта [Текст] : учебник / под ред. В. А. Маргазина, О. Н. Семеновой, Е. Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 254, [1] с.
2. Гигиена [Текст] : в двух томах : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по специальностям "Лечебное дело", "Педиатрия", по дисциплине "Гигиена". Т. 1 / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 315, [1] с. : ил.
3. Гигиена [Текст] : в двух томах : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по специальностям "Лечебное

дело", "Педиатрия", по дисциплине "Гигиена". Т. 2 / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 350, [1] с. : ил.
4. Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" профиль "Физическая культура" / В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - 3-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2014. - 298, [1] с. : ил.
5. Лаптев, А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене [Текст] : учебное пособие / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. - 2-е изд. - Москва : [Физическая культура], 2009. - 383 с.
6. Ляпин, В.А. Гигиеническая оценка питания [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Ляпин, Т.Н. Соломка, Е.В. Коваленко. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2012. – 126 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. - Москва : Советский спорт, 2015. - 510 с. : ил.
8. Осадченко, И.В. Термический фактор в спорте и профессионально-прикладной физической подготовке [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров и магистров: 49.03.01 и 49.04.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и 49.04.03 «Спорт». / И.В. Осадченко, С.А. Полиевский, С.В. Волохова. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 154 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению "Физическая культура" / С.А. Полиевский. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с.
10. Полиевский, С.А. Общая и специальная гигиена : учебник для обуч. по спец. "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" / С.А. Полиевский, А.Н. Шафранская. - М. : Академия, 2009. - 297 с.
11. Флянку, И.П. Гигиеническая характеристика качества воздушной среды и санитарно-технических систем спортивных сооружений : учебное пособие / И.П. Флянку, Н.В. Семенова, Ф.И. Разгонов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 96 с. : табл., ил. - Библиогр.: с. 92-93. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429335

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,

необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru

- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №419** (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-42шт, скамья-42шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации** (2 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-22 шт.; скомья-22 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: Доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., Ноутбук Acer-1-1шт., Микроскоп стереоскопический "БИОМЕД МС-2"-1шт., Т12К "Максим III-01»тренажер-манекен взрослого пострадавшего с сердечно-легочной и мозговой реанимации-2шт

- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок

использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 «Физическая культура»
Физкультурно-оздоровительная
деятельность

Мочунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры
«19» __июня_____2019_г., протокол № 11

Зав. кафедрой_____Цаллагова Р.Б.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«10» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
Ст. преподаватель Болотова И.А.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения и 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***зачет.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Обеспечение безопасности	ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-7	**ОПК-7.1 Знает**: - - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера **ОПК-7.2 Умеет:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также	**Знания:** - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера **Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с

	обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **ОПК-7.3 Имеет опыт**: - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.	целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **Навыки:** - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		46					46			
В том числе:										
Занятия лекционного типа		20					20			
Занятия семинарского типа (практические занятия)		26					26			
Промежуточная аттестация (зачет)		6					6			
Самостоятельная работа студента		56					56			
Общая трудоемкость	**часы**	**108**					108			
	зачетные единицы	**3**					3			

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися	8				8					
В том числе:										
Занятия лекционного типа	4				4					
Занятия семинарского типа	4				4					

(семинары, практические занятия, лабораторные работы)											
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		4				4					
Самостоятельная работа студента		96				96					
Выполнение контрольной работы		20				20					
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				108					
	зачетные единицы	**3**				3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общее понятие о неотложных состояниях, о болезни. Нормативно-правовая база охраны здоровья в РФ. Общее понятие о болезни. Основные признаки нарушения здоровья.	Нормативно-правовая база охраны здоровья. Определение здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Компоненты (уровни) понятия “здоровье”. Здоровье как социальная ценность. Индивидуальное здоровье. Группы здоровья. Болезнь и предболезнь. Условия возникновения и развития болезней. Этиология. Классификации причин заболеваний. Формы и стадии болезней. Понятие о профилактике болезней.	**Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; **Навыки:** - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.
2.	Основы ухода за больными и пострадавшими. Применение лекарственных средств.	Общий уход и его значение в процессе лечения больных и поражённых. Функции человека, ухаживающего за больными. Роль личной гигиены в профилактике и лечении заболеваний. Лихорадка: определение, типы, измерение и оценка температуры тела. Основы лекарственной помощи. Понятие о лекарственном препарате. Лекарственные формы. Действие лекарственных веществ. Пути введения лекарственных веществ. Осложнения при медикаментозном лечении. Принципы дозировки и классификация лекарственных средств. Домашняя аптечка.	**Знания:** - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; **Умения:** - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; **Навыки:** - оказания первой помощи

			при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний
3.	Первая помощь при неотложных состояниях Реанимация.	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь (артериальная гипертензия – АГ): определение, понятие о типах нервной системы, основные факторы риска возникновения артериальной гипертензии, стадии болезни, профилактика. Гипертонический криз: понятие, симптомы. Первая доврачебная помощь при гипертоническом кризе. Атеросклероз: факторы риска развития атеросклероза, симптомы атеросклероза, профилактика. Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда, симптомы, профилактика. Первая медицинская помощь при приступе стенокардии, инфаркте миокарда. Инфаркт мозга. Причины, механизм развития, проявления, социальные последствия. Сахарный диабет: причины, клиническая картина, осложнения сахарного диабета. Неотложные состояния при сахарном диабете, первая доврачебная помощь при гипогликемической коме. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Аллергические заболевания: клинические формы аллергических заболеваний профилактика аллергических заболеваний. Первая доврачебная помощь при приступе бронхиальной астмы, укусах насекомых. Терминальные состояния. Техника реанимации. Раны и кровотечения. Асептика и	**Знания:** - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; **Умения:** - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; **Навыки:** - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;

		антисептика. Повязки. Первая доврачебная помощь при кровотечениях. Травматизм и его профилактика. Оказание первой доврачебной помощи при травмах. Принципы транспортировки и иммобилизации. Синдром длительного сдавления. Механизм развития, клиническая картина, первая доврачебная помощь при синдроме длительного сдавления. Термические повреждения. Электротравма. Ожоги, отморожения. Классификация. Клиническая картина. Оказание первой доврачебной помощи. Судорожный синдром. Этиология, клиническая картина. Первая доврачебная помощь при судорожном синдроме. Утопление. Виды. Первая доврачебная помощь при утоплении. Инородные тела дыхательных путей. Оказание неотложной помощи. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Разновидности отравлений. Объем доврачебной помощи при острых отравлениях химическими веществами, ядами животных и растений. Травмы и повреждения глаз. Первая доврачебная помощь. Понятие о закрытых повреждениях. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды.	
4.	Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Профилактика инфекционных заболеваний.	Понятие о микробах: определение, среда обитания, размеры, строение, экзотоксины, эндотоксины. Классификация микробов. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессах. Источник инфекции, пути передачи инфекции. Факторы передачи возбудителя. Определение понятия «эпидемический очаг», эпидемия, пандемия. Профилактика инфекционных заболеваний.	**Знания:** - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера **Умения:** - распознавать заболевания различных органов и систем

		Понятие об иммунитете. Вакцины: определение, виды, способы введения, применение с профилактической и лечебной целью. Вирусные гепатиты (А, В, С, Д). Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. ВИЧ-инфекция. Общие принципы профилактики. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. Воздушно-капельные инфекции. Особенности эпидемиологии, клинические симптомы. Общие принципы профилактики. Туберкулёз. Пути передачи туберкулёза. Классификация туберкулёза. Туберкулёз органов дыхания.	по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; **Навыки:** - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1.Общее понятие о неотложных состояниях, о болезни. Нормативно-правовая база охраны здоровья в РФ.** Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения. Предмет, содержание и задачи дисциплины, связь с валеологией, анатомией, физиологией, гигиеной, психологией, педагогикой, и другими науками, их интеграция и взаимодействие. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах её жизненного пути. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения. Право гражданина на информацию о состоянии здоровья и факторах, влияющих на здоровье, в том числе о санитарно-эпидемиологическом благополучии проживания, достоверность информации об окружающей природной среде и мерах по её охране. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Болезни цивилизации.	2
2.	**Лекция № 2. Неотложная помощь при остановке сердца и**	2

	терминальных состояниях. Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при проведении её двумя людьми.	
3.	**Лекция № 3.Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.** Особенности жизнедеятельности современного человека. Ожирение. Факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Ранние признаки инфаркта миокарда. Доврачебная медицинская помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда. Отёк лёгких, обморок, судорожный обморок, коллапс. Признаки, оказание неотложной помощи. Исследование пульса, артериального давления, частоты дыхательных движений.	2
	Лекция № 4.Неотложные состояния органов дыхания. Принципы оказания первой помощи. Классификация острых терапевтических заболеваний: бронхиальной астмы, ложного крупа, пневмонии. Диагностика острых респираторных вирусных заболеваний, признаки воспаления лёгких. Лёгочное кровотечение, попадание в дыхательные пути инородных тел Доврачебная помощь при заболеваниях органов дыхания. Понятие об аллергической реакции. Анафилактический шок: признаки, оказание помощи.	2
	Лекция № 5.Неотложные состояния при несчастных случаях, вызванных воздействием физических факторов. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника. Признаки повреждения костей черепа. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления. Схема оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке. Термические повреждения. Иммобилизация повреждённой конечности: наложение шины, фиксирующей повязки. Признаки вывихов, растяжений, ушибов и оказание помощи. Правила транспортировки на щите и носилках.	2
4.	**Лекция № 6.Оказание первой помощи при спортивных травмах.** Особенности спортивных травм. Краткая характеристика основных патологических состояний. Методы диагностики. Виды медицинской помощи. Схема оказания первой доврачебной помощи.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*

1.	**Практическое занятие №1 Общее понятие о болезни. Основные признаки нарушения здоровья.** Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения.	2
2.	**Практическое занятие № 2 Первая помощь при обмороке, контузии, коллапсе, травматическом шоке.** Острая сосудистая недостаточность (обморок, коллапс, шок). Причины возникновения, признаки, неотложная помощь.	2
3.	**Практическое занятие № 3 Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.** Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС). Факторы риска, классификация, признаки. Стенокардия. Причины возникновения, признаки, первая доврачебная помощь. Инфаркт миокарда. Причины, признаки, неотложная помощь, особенности ухода за больными в постинфарктном периоде. Виды острой сердечной недостаточности. Причины, признаки, не отложная помощь и организация ухода за больными. Гипертоническая болезнь. Причины, формы, особенности профилактики. Осложнения гипертонической болезни (гипертонический криз, инсульт) особенности оказания первой доврачебной помощи и организация ухода за больными.	2
	Практическое занятие № 4 .Первая медицинская помощь при утоплении. Типы утоплений. Алгоритм оказания первой помощи. Инородные тела дыхательных путей. Оказание неотложной помощи.	2
	Практическое занятие № 5. Первая доврачебная помощь при остановке сердца и терминальных состояниях. Реанимация. Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при про-ведении её двумя людьми. Отработка навыков на манекене «Максим».	2
	Практическое занятие № 6. Основные принципы ухода за больными на дому. Общий уход и его значение в процессе лечения поражённых и больных. Какие функции выполняет человек, ухаживающий за больными и поражёнными (взрослыми и детьми)? Роль личной гигиены в профилактике и лечении заболеваний. Измерение температуры тела. Уход за кожей. Что такое пульс? Какова методика его определения у взрослых и детей? Что называется артериальным давлением? Методика измерения артериального давления и его оценка. Наблюдение за дыханием у взрослых, подсчёт его частоты. Наблюдение за дыханием у детей, особенности определения частоты дыхания у детей.	2
	Практическое занятие № 7. Раны и кровотечения. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Что называется ранами? Какие две стадии развития раны вы знаете? Классификация ран. Характеристика ран. Основные осложнения ран. Оказание неотложной помощи раненым. Принципы лечения ран. Что называется кровопотерей? Какова величина опасной для жизни кровопотери? Определить понятие «кровотечение». Классификация кровотечений. Характеристика различных видов кровотечений (артериального, венозного, капиллярного, паренхиматозного). Какие существуют признаки внутреннего кровотечения? Виды остановки	2

	кровотечений.	
	Практическое занятие № 8. Асептика и антисептика. Повязки. Раневая инфекция. Виды раневой инфекции. Антисептика. Виды антисептики. Антисептические средства, их характеристика. Асептика. Её виды. Десмургия.	2
	Практическое занятие № 9. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах костей. Синдром длительного сдавления. Переломы, их виды. Основные признаки переломов. Что называется вывихом? Шины, виды шин, подготовка к использованию. Правила наложения шин. Что относится к средствам транспортной иммобилизации? Транспортная иммобилизация при повреждениях головы и шеи.	2
	Практическое занятие № 10. Первая помощь при ранениях грудной клетки, живота. Сочетанная травма. Особенности оказания первой помощи при открытых и закрытых травмах грудной клетки и живота. Первая помощь при сочетанной травме.	2
	Практическое занятие № 11. Первая помощь при повреждениях головы, шеи и позвоночного столба. Особенности оказания первой помощи при открытых и закрытых повреждениях головы. Особенности переломов шеи и позвоночного столба.	2
	Практическое занятие № 12. Термические повреждения. Электротравма. Судорожный синдром. Первая помощь. Первая помощь при ожогах и обморожениях, перегревании и переохлаждении. Особенности оказания первой помощи при электротравме и судорожном синдроме.	2
	Практическое занятие № 13. Аллергические заболевания. Клинические формы, профилактика аллергических заболеваний. Неотложная помощь при аллергических реакциях, приступе бронхиальной астмы.	2
	Практическое занятие № 14. Первая помощь при метаболических нарушениях (диабетические комы). Клинические формы, профилактика заболевания. Причины возникновения, признаки, неотложная помощь.	2
	Практическое занятие № 15. Первая помощь при неотложных состояниях пищеварительной и мочевыделительной систем. Неотложная помощь при острой боли в животе, желудочно-кишечном кровотечении. Промывание желудка, очистительная клизма.Основные симптомы дисфункции желудочно-кишечного тракта. Меры неотложной помощи при печёночной колике.	2
	Практическое занятие № 16. Первая помощь при острых отравлениях химическими веществами, ядами животных и растений. Причины возникновения, признаки, неотложная помощь. Объем первой помощи при отравлениях веществами местного, резорбтивного и рефлекторного действия. Отравления лекарственными средствами. Отравления алкоголем. Отравления ядохимикатами, применяемыми в сельском хозяйстве. Пищевые отравления. Токсикоинфекции. Ботулизм. Сальмонеллёз. Отравления грибами. Первая доврачебная помощь. Меры предосторожности.	2
4.	**Практическое занятие № 17. Первая помощь при инфекционных заболеваниях.** Инфекционное заболевание. Инфекционный процесс. Периоды, формы	2

	течения. Эпидемический процесс. Звенья, источники инфекции, факторы передачи. Варианты развития. Эпидемический очаг. Элементы эпидемического очага. Механизмы передачи инфекции. Основные направления противоэпидемических мероприятий. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки. Показания и противопоказания к иммунизации. Календарь профилактических прививок. Дезинфекция. Методы и виды дезинфекции. Основные группы инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные, желудочно-кишечные инфекции, пищевые токсикоинфекции. Клинические признаки инфекционных заболеваний. Оказание помощи, противоэпидемические мероприятия, сроки карантина и меры профилактики. Детские инфекции: скарлатина, корь, дифтерия, коклюш, краснуха, ветряная оспа, инфекционный паротит, гепатиты. Начальные симптомы, течение, пути распространения, инкубационный период, осложнения, профилактика. Социально-значимые инфекционные заболевания: СПИД, туберкулёз. Формирование правильного отношения к больным и носителям возбудителей болезни. Особо опасные и карантинные инфекционные болезни. Эндемические территории. Международные правила по предупреждению инфекционных заболеваний. Заболевания, передаваемые половым путём. Венерические болезни как инфекционные заболевания: принципы диагностики, профилактики, обязательность лечения. Основы паразитологии. Глистные инвазии: принципы диагностики, профилактики.	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	**Лекция № 1**. Общее понятие о болезни. Основы ухода за больными и пострадавшими. Применение лекарственных средств. Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения. Предмет, содержание и задачи дисциплины, связь с валеологией, анатомией, физиологией, гигиеной, психологией, педагогикой, и другими науками, их интеграция и взаимодействие. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах её жизненного пути. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье.	2
2.	**Лекция № 2** Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Профилактика инфекционных заболеваний Инфекционное заболевание. Инфекционный процесс. Периоды, формы	2

	течения. Эпидемический процесс. Звенья, источники инфекции, факторы передачи. Варианты развития. Эпидемический очаг. Элементы эпидемического очага. Механизмы передачи инфекции. Основные направления противоэпидемических мероприятий. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки. Показания и противопоказания к иммунизации. Календарь профилактических прививок. Дезинфекция. Методы и виды дезинфекции. Основные группы инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные, желудочно-кишечные инфекции, пищевые токсикоинфекции. Клинические признаки инфекционных заболеваний. Оказание помощи, противоэпидемические мероприятия, сроки карантина и меры профилактики.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Практическое занятие** №1Транспортная иммобилизация при повреждениях и переломах костей. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника. Признаки повреждения костей черепа. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления. Схема оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке. Термические повреждения. Иммобилизация повреждённой конечности: наложение шины, фиксирующей повязки. Признаки вывихов, растяжений, ушибов и оказание помощи. Правила транспортировки на щите и носилках.	2
2.	**Практическое занятие** №2Реанимационные мероприятия. Что следует понимать под термином «реанимация»? Что такое клиническая смерть? Её признаки. Что называется биологической смертью? Признаки биологической смерти. Как проводится искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»? Проведение непрямого массажа сердца. Особенности реанимации при проведении её одним человеком. Особенности реанимации при про-ведении её двумя людьми. Отработка навыков на манекене «Максим».	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14054-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/467573
2. Пивоварова, Е.А. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Е.А. Пивоварова, С.В. Богданова, Л.В. Рощина; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки, 2019. – 144 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Романюк, В.П. Основы медицинских знаний (история этапов развития) : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова, И.Л. Самодова. - СПб. : [б. и.], 2018. – 127 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Романюк, В.П. Содержание профилактической работы среди населения : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова, В.А. Лапотников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. - 125 с. : ил.
5. Цаллагова, Р.Б. Основы медицинских знаний: оказание первой медицинской помощи : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Т.В. Косенкова, И.А. Болотова. - СПб. : [б. и.], 2016. – 122 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 98 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Волокитина, Т.В. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Т.В. Волокитина, Г.Г. Бральнина, Н.И. Никитинская. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2011. - 223, [1] с. : ил.
2. Ильичёва, О.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : курс лекций и практических занятий : учебно-методическое пособие / О.В. Ильичёва, Е.В. Горохова, А.И. Бабушкина; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры.. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 332 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Лытаев, С.А. Основы медицинских знаний : учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / С.А. Лытаев, А.П. Пуговкин. - 2-е изд., испр. - Москва : Академия, 2012. - 270, [1] с. : ил.
4. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях) : учеб. пособие / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский, С.В. Виноградов; под ред. И. В. Гайворонского. - СПб. : СпецЛит, 2009. - 302 с. : ил.
5. Назарова, Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студентов вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. - Москва: Академия, 2013. - 191, [1] с.
6. Романюк, В.П. История сестринского дела в России : учебное пособие / В.П. Романюк, Р.Б. Цаллагова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2019. – 195 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний : учебник / Е.Е. Тен. - 3-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2007. - 256 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №419** (4 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-42шт, скамья-42шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации** (2 этаж, нежилое помещение №29) – Специализированная мебель: Учебный стол-15 шт.; скомья-15 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: Доска меловая-1шт., Проектор OPTOMA DX319p, персональный компьютер HP 260 G3 Mini i3 7130U/4Gb/SSD256Gb/HDG620/DOS/kb/m/черный, Микроскоп бинокулярный "БИОМЕД-3"
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра психологии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ПСИХОЛОГИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы по направлению подготовки
49.03.01 - физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 - физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность

_____**Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 16

Зав. кафедрой_____**Хвацкая Е.Е.**

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
_проф., доцент, к.пс.н Станиславская И.Г.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология» составлена в соответствии с учебным планом подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 – «Физическая культура», в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования и утвержденными стандартами и положениями Университета. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения, на 1 курсе во 2 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Командная работа и лидерство	**УК -3** Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	**УК - 6** Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК -3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики	**Знает:** - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции;

	и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства УК-3.2 Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая	- сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства **Умеет**: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений;

	поддержка, психотехнические упражнения, групповые норм УК 3.1 Имеет опыт: - решения образовательных и спортивных задач в составе команды.	- применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые норм Имеет опыт: - решения образовательных и спортивных задач в составе команды.
УК - 6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Знает: - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития; - основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта; - принципы образования в течение всей жизни	**Знает**: - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития; - основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта; - принципы образования в течение всей жизни **Умеет**: - определять свои ресурсы и их пределы (личностные, -ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде **Имеет опыт:** - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований

		рынка труда; - выявления поведенческих и личностных проблем, обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; - формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		30			30					
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12			12					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		18			18					
Промежуточная аттестация (зачет, с оценкой)		6			6					
Самостоятельная работа студента		36			36					
Общая трудоемкость	**часы**	72			72					
	зачетные единицы	2			2					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10		10							
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6		6							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4		4							
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		4		4							
Самостоятельная работа студента		58		58							
Выполнение контрольной работы		20		20							
Общая трудоемкость	**часы**	72		72							
	зачетные единицы	2		2							

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Психика, психические процессы	Психика и сознание. Психика. Функции психики Основные концепции психического развития. Биосоциальная проблема. Уровни развития психики. Сознание – функции, структура. Ощущение и восприятие. Мышление. Память. Воображение. Внимание. Развитие психических процессов в спортивной и физкультурной деятельности.	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - методы убеждения, аргументации своей позиции; УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работу в коллективе; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; УК-6.1. Знает - принципы образования в течение всей жизни;
2.	Человек как субъект переживаний.	Эмоции и чувства. Психологические основы эмоций. Основные понятия: переживание, эмоции и чувства. Классификация эмоций. Динамика эмоционального процесса.	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - методы убеждения, аргументации своей позиции; УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы

			команды; - планировать, организовывать и координировать работу в коллективе; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности;
3	Психические свойства.	Темперамент. Характер. Способности. Влияние темперамента и характера на сплоченность спортивной команды.	УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - методы убеждения, аргументации своей позиции; УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работу в коллективе; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; УК-6.2. Умеет: - определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии,

			основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде; УК-6.3. Имеет опыт: - выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	***Содержание лекций***	***Кол-во часов***
1	**Лекция № 1. Психология как наука. Проблемы развития и функционирования психики**. Психология как наука. Психика. Функции психики. Основные концепции психического развития. Биосоциальная проблема. Уровни развития психики. Сознание – функции, структура. Проблемы развития и функционирования психики. Основные проблемы психологии. Основные методологические принципы психологии. Уровни психики. Классификация психических явлений.	2
2	**Лекция № 2. Ощущение и восприятие.** Характеристика понятий: ощущения и восприятия. Классификация ощущений. Основные закономерности и свойства ощущений и восприятий. Пороги ощущений, адаптация, сензитивность, сенсибилизация, синестезия, константность, предметность, целостность, осмысленность. Восприятие времени. Восприятие пространства. Восприятие движений.	2
3	**Лекция №3. Мышление и память.** Мышление. Общее представление о мышление. Определение мышления. Проблема мышления в зарубежной и отечественной психологии. Виды мышления. Формы мышления. Мыслительные операции. Память. Общее представление о памяти. Запоминание. Сохранение. Воспроизведение. Забывание. Классификация видов памяти. Основные закономерности и свойства памяти. Методы, приемы и способы рационального запоминания.	2
4	**Лекция №4 Воображение и внимание.** Понятие воображения. Отличие воображения от мышления. Функции воображения. Виды воображения. Приемы создания образов. Индивидуальные различия воображения. Внимание. Свойства внимания. Виды. Особенности и закономерности.	2
5	**Лекция №5 Эмоции и чувства.** Психологические основы эмоций. Основные понятия: переживание, эмоции и чувства. Классификация эмоций.	2

	Эмоциональный тон, настроение, стресс, аффект, фрустрация, беспокойство, тревога, страх и другие. Динамика эмоционального процесса. Свойства и функции эмоций. Коммуникативная, регуляторная, сигнальная, энергетическая.	
6	**Лекция№6. Темперамент и характер.** Общее понятие о темпераменте и характере. Свойства темперамента и нервной системы. Типы темперамента. Роль темперамента в жизнедеятельности человека. Понятие о характере. Структура характера. Акцентуация характера. Природа и проявление характера. Влияние темперамента и характера на сплоченность в команде.	2
	ИТОГО:	12

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий семинарского типа***	***Кол-во часов***
1	**Семинар 1. Тема «Классификация методов психологии»** Организационные методы: сравнительный, лонгитюдный. Эмпирические методы: наблюдение, эксперимент, психодиагностические методы (тесты, анкеты, интервью), анализ продуктов деятельности, биографические методы. Методы обработки данных. Методы коррекции. Особенности личности. Ознакомление с проективными психодиагностическими методами. Выполнение методики «Несуществующее животное».	2
2	**Практическое занятие 1. Тема «Самооценка личности»** Понятие самооценки. Формирование образа «Я». Методики на определение самооценки. Диагностика самооценки студентов.	2
3	**Практическое занятие 2. Тема «Виды и особенности мышления»** Понятие о мышлении. Виды мышления. Формы мышления. Закономерности мышления. Индивидуальные особенности мышления. Выполнение методик на развитие и диагностику абстрактного мышления. Выполнение упражнений на определение вида мышления актуализирующегося в конкретно заданной ситуации.	2
4	**Семинар 2. Тема «Свойства внимания»** Понятие о внимании. Виды внимания по произвольности процессов. Виды внимания в соответствии с его направленностью. Виды внимания по количеству выполняемой деятельности. Свойства внимания. Выполнение методики «Красно-черные таблицы». Составление упражнений на развитие различных свойств внимания.	2
5	**Практическое занятие 3. Тема «Рациональные приемы заучивания»** Понятие о памяти. Виды памяти. Закономерности памяти. Условия успешного непроизвольного запоминания. Условия, способствующие прочному произвольному запоминанию. Методика «Пиктограммы» - диагностика развития «культурной»	2

	памяти. Диагностика ведущего типа памяти по форме запоминания.	
6	**Семинар 3. Тема «Эмоциональные состояния».** Классификация эмоциональных состояний. Эмоциональные состояния в тренировочном и соревновательном процессах. Регуляция эмоций в спортивной деятельности. Влияние эмоциональных состояний на межличностные отношения в группе и команде, принятие командных решений.	2
7	**Семинар 4. «Акцентуация характера».** Понятие о характере. Факторы формирования характера. Акцентуации характера. Понятие личности. Особенности развития личности. Социализация. Структура личности. Структура характера. Акцентуация характера. Природа и проявление характера. Типы и характеристики характера. Методика диагностики акцентуаций характера по Леонгарду.	2
8	**Семинар 5. Тема «Способности».** Характеристика способностей. Талант. Гениальность. Качественная и количественная характеристика способностей. Уровни развития способностей. Зависимость развития способностей от обучения. Сензитивные периоды развития способностей. Формирование способностей и развитие таланта. Характеристика способностей. Талант. Гениальность. Качественная и количественная характеристика способностей. Уровни развития способностей. Зависимость развития способностей от обучения.	2
9	**Практическое занятие 4. Тема «Темперамент».** Общее понятие о темпераменте. Свойства темперамента и нервной системы. Типы темперамента. Роль темперамента в жизнедеятельности человека.	2
	ИТОГО:	18

4.3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	***Содержание лекций***	***Кол-во часов***
1. Психология как наука. Проблемы развития и функционирования психики.	**Лекция № 1. Психика и сознание.** Психология как наука. Психика. Функции психики. Основные концепции психического развития. Биосоциальная проблема. Уровни развития психики. Сознание – функции, структура. Проблемы развития и функционирования психики. Основные проблемы психологии. Основные методологические принципы психологии. Уровни психики. Классификация психических явлений.	**2**
2. Познавательные процессы.	**Лекция № 2. Ощущение и восприятие.** Характеристика понятий: ощущения и восприятия. Классификация ощущений. Основные закономерности и свойства ощущений и восприятий. Пороги ощущений, адаптация, сензитивность, сенсибилизация, синестезия, константность, предметность, целостность, осмысленность. Восприятие времени. Восприятие пространства. Восприятие движений.	**2**
3. Психические свойства.	**Лекция№3. Темперамент и характер.** Общее понятие о темпераменте и характере. Свойства темперамента и нервной системы. Типы темперамента. Роль темперамента в жизнедеятельности человека. Понятие о характере. Структура характера. Акцентуация характера. Природа и проявление характера. Влияние темперамента и характера на сплоченность в команде.	**2**
ИТОГО:		**6**

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	***Содержание занятий семинарского типа***	***Кол-во часов***
Познавательные процессы.	**Практическое занятие 1. Тема «Виды и особенности мышления»** Понятие о мышлении. Виды мышления. Формы мышления. Закономерности мышления. Индивидуальные особенности мышления. Выполнение методик на развитие и диагностику абстрактного мышления. Выполнение упражнений на определение вида мышления актуализирующегося в конкретно заданной ситуации.	*2*
Познавательные процессы.	**Практическое занятие 2. Тема «Рациональные приемы заучивания»** Понятие о памяти. Виды памяти. Закономерности памяти. Условия успешного непроизвольного запоминания. Условия, способствующие прочному произвольному запоминанию. Методика «Пиктограммы» - диагностика развития «культурной» памяти. Диагностика ведущего типа памяти по форме запоминания.	*2*
ИТОГО:		**4**

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Гуревич, П. С. Психология : учебник для вузов / П. С. Гуревич. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 465 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-5042-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449915
2. Диянова, З.В. Психология личности. Закономерности и механизмы развития личности : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / З.В. Диянова, Т.М. Щеголева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 172, [1] с. : ил.
3. Донцов, Д.А. Психология познавательных процессов : учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры по гуманитарным направлениям / Д.А. Донцов, Е.А. Орлова, Л.В. Сенкевич; под науч. и общ. ред. Е. А. Орловой, Д. А. Донцова. - Москва : Юрайт, 2018. - 188, [1] с. : ил.
4. Психология : учебник и практикум для вузов / А. С. Обухов [и др.] ; под общей редакцией А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 404 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00631-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449860
5. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям : для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура и спорт" / Л.К. Серова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 121, [1] с. : ил.
6. Чекина, Л.Ф. Психология развития [Текст] : учебное пособие [для бакалавров, магистрантов и аспирантов по направлению подготовки "Психология" и "Психолого-педагогическое образование"] / Л.Ф. Чекина. - СПб. : Лань, 2018. - 205 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Абрамова, Г.С. Психология только для студентов : учебное пособие / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 468 с. : ил. - Библиогр.: с. 375-377. - ISBN 978-5-906879-66-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483178
2. Бухарова, И. С. Психология. Практикум : учебное пособие для вузов / И. С. Бухарова, М. В. Бывшева, Е. А. Царегородцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 208 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06467-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454894
3. Караванова, Л.Ж. Психология : учебное пособие / Л.Ж. Караванова. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 264 с. : табл., ил. - (Учебные издания для бакалавров). - ISBN 978-5-394-02247-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452573
4. Морозюк, С. Н. Психология личности. Психология характера : учебное пособие для вузов / С. Н. Морозюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 217 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06609-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455117
5. Почебут, Л. Г. Психология социальных общностей : учебное пособие для вузов / Л. Г. Почебут. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. —

246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09035-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453437

6. Симановский, А. Э. Психология обучения и воспитания : учебное пособие для вузов / А. Э. Симановский. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 121 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07241-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455060
7. Смольникова, Л.В. Психология : учебное пособие / Л.В. Смольникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ (ТУСУР). - Томск : ТУСУР, 2016. - 337 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=480964
8. Станиславская, И.Г. Актуальные вопросы общей психологии [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300 - "Физическая культура" / И.Г. Станиславская, Н.С. Цикунова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. – 95 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Станиславская, И.Г. Психология. Основные отрасли [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 032100 - Физическая культура / И.Г. Станиславская, И.Г. Малкина-Пых; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2014. - 322 с. - Библиогр. в конце гл. - ISBN 978-5-906131-27-0
10. Ступницкий, В.П. Психология : учебник / В.П. Ступницкий, О.И. Щербакова, В.Е. Степанов. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 519 с. : ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02063-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=453939

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №315** (2 этаж, нежилое помещение №4) – Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушеткая-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук HP 250 G5-1шт.
- **Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение №20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Педагогика

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.01 Физическая культура профиль подготовки Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 15

Зав. кафедрой
_____В.И.Криличевский

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
доцент кафедры педагогики, к.п.н., доцент Дранюк О.И.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-3	**Знает:** - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями **Имеет опыт:** - решения образовательных,	**Знает:** - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями **Имеет опыт:** - решения образовательных,

	воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности	воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности
УК-6	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы; - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. **Навыки:** Имеет опыт: - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда;	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы; - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. **Навыки:** Имеет опыт: - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда;

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**36**			**36**					
В том числе:										
Занятия лекционного типа		12			12					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		18			18					
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		6			6					
Самостоятельная работа студента		**36**			**36**					
Общая трудоемкость	**часы**	**72**			**72**					
	зачетные единицы	**2**			**2**					

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися											
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6	6								
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4	4								
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		4	4								
Самостоятельная работа студента		58	58								
Общая трудоемкость	**часы**	**72**	**72**								
	зачетные единицы	**2**	**2**								

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Педагогика как наука	Педагогика как наука об образовании, воспитании, обучении человека. Предмет, объект педагогики. Задачи и функции педагогики. Основные категории педагогики: образование, воспитание, обучение, развитие и др. (педагогическая деятельность, педагогический процесс, педагогическая задача, педагогическая технология). Образование как общечеловеческая ценность и социокультурный феномен. Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
2.	Методы педагогического исследования	Понятие о методах и методологии педагогического исследования. Система методов педагогического исследования: методы теоретического исследования, эмпирические методы исследования, математические и статистические методы исследования. Характеристика теоретических и эмпирических методов педагогического исследования. Использование методов исследования с целью поиска путей повышения эффективности образовательного процесса. Логика и этапы научно-педагогического исследования.	**Знает:** - основные принципы деятельностного подхода, **Умеет:** - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу
3.	Развитие личности	Биологическое и социальное в развитии человека и формировании его личности. Движущие силы развития личности. Факторы формирования личности. Их характеристика и роль в развитии личности.. Возрастная периодизация, ее значение. Роль деятельности в формировании личности и ее	**Знает:** - основные закономерности возрастного развития, его стадии и кризисы - основные принципы деятельностного подхода - функции и средства общения; **Умеет:** - разрабатывать

		виды на разных возрастных этапах. Принципы деятельностного подхода в обучении и воспитании. Функции и средства общения. Индивидуальные особенности личности и их учет в образовательном процессе.	(осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде.
4.	Обучение в образовательном процессе	Понятие педагогического (образовательного) процесса. Основные характеристики педагогического процесса: целенаправленность, двусторонность, целостность. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса: целевой, мотивационный, содержательный, операционно-деятельностный, контрольно-регулировочный, оценочно-результативный. Закономерности педагогического процесса. Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Основные категории дидактики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения: образовательная, воспитательная, развивающая. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Структура процесса обучения.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями
5.	Принципы обучения	Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни. **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики - устанавливать педагогически целесообразные отношения с

			участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями
6.	Содержание образования	Система образования в РФ. Типы образовательных учреждений. Понятие содержания образования, исторический характер его развития. ФГОС общего образования и его компоненты. Характеристика нормативных документов, регламентирующих содержание общего образования	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
7.	Методы и технологии обучения	Понятие методов и приемов обучения, их назначение и функции. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по источнику знаний: словесные, наглядные, практические. Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный. Понятие средств обучения, их назначение. Требования к выбору средств обучения. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения. Требования к выбору оптимального сочетания методов обучения. Особенности выбора методов обучения на разных возрастных этапах. Понятия методика и технология обучения. Классификация современных образовательных технологий. Показатели технологичности педагогического процесса. Структурные компоненты технологий обучения.	**Знает:** - виды и приемы современных педагогических технологий **Умеет:** - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические, реабилитационные, абилитационные технологии, основанные на знании законов развития личности, в том числе, с инвалидностью и поведения в реальной и виртуальной среде. - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том

			числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями **Имеет опыт:** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности
8.	Организационные формы обучения	Понятие форм организации обучения и их историческое развитие. Виды современных организационных форм обучения. Урок – основная форма организации обучения. Типы и структура уроков. Современные дидактические требования к уроку и пути его совершенствования. Дополнительные и вспомогательные формы организации обучения. Взаимосвязь, взаимодополняемость всех форм обучения.	**Знает:** - принципы образования в течение всей жизни **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
9	Сущность процесса воспитания	Сущность процесса воспитания и его особенности. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания.	**Знает:** - методики воспитательной работы **Умеет:** - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики
10	Средства и методы воспитания	Понятие о средствах, методах воспитания. Средства воспитания как виды деятельности формирующейся личности. Классификация методов воспитания. Характеристика методов формирования нравственного сознания личности,	**Знает:** - методики воспитательной работы, - функции и средства общения; **Умеет:** - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе,

		организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности, стимулирования и коррекции деятельности и поведения. Условия оптимального выбора и эффективного применения методов воспитания.	поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности, в том числе, с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения, развития, воспитания, коррекции, компенсации и профилактики **Имеет опыт:** - решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-спортивной деятельности

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	**Лекция № 1. Педагогика как наука.** Педагогика как наука об образовании, воспитании, обучении человека. Предмет, объект педагогики. Задачи и функции педагогики. Основные категории педагогики: образование, воспитание, обучение, развитие и др. (педагогическая деятельность, педагогический процесс, педагогическая задача, педагогическая технология). Образование как общечеловеческая ценность и социокультурный феномен. Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук.	2
4	**Лекция № 2. Обучение в образовательном процессе** Понятие педагогического (образовательного) процесса. Основные характеристики педагогического процесса. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса Закономерности педагогического процесса. Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Структура процесса обучения.	2
5	**Лекция №3. Принципы обучения** Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения	2
7	**Лекция №4. Методы обучения** Понятие методов и приемов обучения, их назначение и функции. Понятие средств обучения, их назначение. Требования к выбору средств обучения. Требования к выбору методов обучения. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по источнику знаний.	2
7	**Лекция №5. Методы и технологии обучения** Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный. Особенности выбора методов обучения на разных возрастных этапах. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения.	2
9	**Лекция №6. Воспитание в образовательном процессе** Сущность процесса воспитания. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	**Семинарское занятие 1. Педагогика как наука.** Задачи занятия: 1. Рассмотреть сущность педагогики как науки, ее объект, предмет, задачи, функции. 2. Рассмотреть взаимосвязи между основными категориями педагогики. 3. Рассмотреть образование и воспитание как развивающееся общественные явления. I. Вопросы:	2

	1. Что изучает педагогика? 2. Обоснуйте объект и предмет педагогики. 3. Назовите функции педагогики. 4. Каковы задачи педагогики как науки? 5. Дайте определения основным понятиям педагогики. 6. Дайте характеристику образования и воспитания как общественного явления. 7. Назовите отрасли педагогики. 8. Какое значение имеет изучение педагогики для бакалавра по ФК. 2. **Задания для самостоятельной работы:** проведите сравнительный анализ основных понятий педагогики, указав их взаимосвязь и специфические особенности; на основе сравнительного анализа текстов учебников по педагогике, указанных в списке литературы, и своего представления о проблемах образования в XX и XXI вв. приведите аргументы, выскажите ключевые идеи в защиту сохранения термина «воспитание в широком его значении» как термина, включающего в себя понятие «образование», и наоборот: термин «образование» должен включать в себя понятие «воспитание в широком его значении» и быть базовым; познакомьтесь с мнениями разных авторов о педагогике: науке и искусстве, ответьте на поставленные вопросы: попытайтесь, выступив в двух амплуа (сторонника и оппонента), доказать справедливость и необоснованность утверждений авторов; определите свою позицию по данному вопросу, используя содержание информации, полученную на лекции и семинарском занятии, продолжите предложения: педагогика – это наука, так как …, искусство в педагогике – это …; проиллюстрируйте примерами связи педагогики с другими (смежными) науками.	
2.	**Семинарское занятие 2. Тема: Методы педагогического исследования.** **Задачи занятия:** 2. Рассмотреть классификацию методов педагогического исследования и их охарактеризовать. 3. Раскрыть логику и этапы педагогического исследования. **I. Вопросы:** 1. Какие методы исследования относят к теоретическим, а какие к эмпирическим? Укажите назначение каждой группы методов исследования. 2. Охарактеризуйте и проиллюстрируйте на примерах методы педагогического исследования. 3. Какова логика организации педагогического исследования? Дайте характеристику его этапов. 4. Нужно ли бакалавру по ФК самостоятельно проводить научно-педагогические исследования или это дело ученых? **Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику методов педагогического исследования (педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование): сущность метода, требования к применению, виды (при наличии), приведите примеры; заполните таблицу (см. учебное пособие, стр. 17); оцените степень сформированности у себя некоторых профессионально-значимых качеств личности (см. учебное пособие, стр. 17), проанализируйте результаты самооценки и сделайте соответствующие выводы; предложите коллеги оценить по данным критериям степень сформированности у вас качеств, проанализируйте результаты рейтинга и сделайте соответствующие выводы, сравните результаты ауторейтинга и рейтинга степени сформированности профессионально-	2

	значимых качеств личности, сделайте соответствующие выводы; разработайте вопросы для беседы с целью изучения причин интереса к одной из дисциплин, читаемых в Университете, проведите устный опрос группы студентов, охарактеризуйте выявленные в ходе беседы причины интереса; на основе аналитического подхода к характеристике одного из учебно-тренировочных занятий выделите 1-2 достоинства и 1-2 недостатка в содержании занятия или в проявлении педагогом одного из профессионально-значимых качеств личности;; сформулируйте одну из педагогических проблем, требующих изучения и проведения исследования (предварительно ознакомившись с публикациями журналов «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура в школе», «Педагогика» и др.). Определите тему, объект, предмет исследования, цель, задачи, методы пед. исследования.	
3.	**Семинарское занятие 3. Тема: Развитие личности** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятия о биологической, социальной сущности личности. 2. Раскрыть движущие силы и основные закономерности развития личности. 3. Рассмотреть основные факторы, влияющие на развитие и формирование личности; взаимосвязь процессов развития и воспитания. 4. Раскрыть принципы деятельностного подхода в обучении и воспитании. Функции и средства общения. I. **Вопросы:** 1. В чем сущность развития человека и формирования его личности? 2. Каковы движущие силы развития личности? 3. Назовите основные общие закономерности развития. 4. Покажите роль каждого фактора в развитии личности. Проиллюстрируйте это примерами. 5. Как влияет деятельность на развитие личности? 6. Что значит учитывать возрастные особенности развития личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики. 7. Что значит учитывать индивидуальные особенности личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики. II. **Задания для самостоятельной работы:** покажите общее и различие в понятиях развитие личности и формирование личности; покажите на примере собственного опыта занятий спортивной деятельностью взаимовлияние процессов обучения и развития; воспитания и развития; познакомьтесь с содержанием основных концепций о природе, источниках и факторах развития человека: попытайтесь, выступив в двух амплуа (сторонника и оппонента) доказать справедливость и необоснованность данных концепций, определите свою позицию по данному вопросу, используя содержание таблицы и информацию, полученную на учебных занятиях; ознакомьтесь с информацией, взятой из различных источников (см. учебно-методическое пособие стр.27-28), на примере представленной информации покажите несостоятельность или справедливость той или иной концепции; выявите способности личности к саморазвитию, а также факторы, стимулирующие и препятствующие обучению, развитию и саморазвитию личности, используя предложенные методики, определите для себя систему мер, способствующих преодолению, устранению препятствующих саморазвитию факторов; напишите мини-сочинение «Я как индивид, личность, индивидуальность», закончите предложения (см. учебно-методическое пособие стр.28), заполните таблицу «Особенности	2

	развития черт личности детей школьного возраста» (см. учебно-методическое пособие стр.28); проанализируйте педагогическую ситуацию (см. учебно-методическое пособие стр.29); приведите из собственного опыта спортивной, учебной или профессиональной деятельности примеры учета преподавателем физической культуры индивидуальных особенностей воспитанников.	
5.	**Семинарское занятие 4. Тема: Принципы обучения** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятия о сущности и значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. 2. Рассмотреть пути реализации каждого принципа обучения. **I. Вопросы:** 1. Что понимается под принципами обучения и правилами их реализации, в чем их важность для учебного процесса? Назовите систему принципов обучения. 2. Раскройте сущность принципа единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения. Почему на занятиях физической культурой и спортом важно осуществлять воспитание, и какие задачи при этом решаются? 3. Раскройте сущность каждого из принципов обучения и перечислите правила, выполнение которых обеспечивают его реализацию. 4. Раскройте связи и зависимости, существующие между принципами единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения и сознательности и активности, сознательности и активности и наглядности, между другими принципами по выбору. **II. Задания для самостоятельной работы:** допишите правильные ответы на следующие вопросы: принцип …. (назвать принцип обучения по выбору) требует …, с целью реализации этого принципа необходимо установить связи между принципами …, а в процессе обучения соблюдать следующие правила …; Как повысить сознательность и активность учеников при выполнении учебного задания?; разработайте возможные пути реализации одного из принципов обучения на учебно-тренировочном занятии по базовому виду спорта.	2
6.	**Семинарское занятие 5. Содержание образования** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятие о сущности, компонентах содержания образования, федеральном государственном образовательном стандарте. 2. Рассмотреть нормативные документы, определяющие содержание образования. 3. Рассмотреть систему образования в РФ. 4. Раскрыть типы образовательных учреждений. I. Вопросы: 1. Какова сущность содержания образования, и какие существуют подходы к его определению? 2. Из каких основных компонентов складывается содержание образования? 3. Что включает в себя система образования? 4. Назовите типы учреждений системы образования в РФ. 5. Что понимают под федеральным государственным образовательным стандартом и каково его значение? 6. Назовите нормативные документы, регламентирующие содержание образования. 7. Охарактеризуйте известные Вам типы учебных планов. 8. Назовите виды учебных программ и способы их построения. **II. Задания для самостоятельной работы:** ознакомьтесь с базисным учебным планом образовательных учреждений РФ, какие особенности вы можете отметить, какие тенденции в развитии содержания	2

	образования он отражает; разработайте план одного факультативного занятия с целью повышения интереса к предмету «физическая культура»; дайте перечень тем, которые будут раскрыты теоретически и проиллюстрированы практически, т.е. выполнением физических упражнений; определите перспективы развития содержания общего образования, используя литературные источники; определите главные отличия содержания образования в разных типах учебных заведений	
7.	**Семинарское занятие № 6. Методы и технологии обучения.** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятие о сущности и возможностях методов и технологий обучения в решении задач образования, развития и воспитания учащихся. **I. Вопросы:** 1. Раскройте сущность понятий «классификация методов обучения», «методы обучения», «методический прием обучения», «средства обучения». 2. Дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения. 3. При решении каких дидактических задач особенно успешно можно использовать словесные методы, наглядные, практические? 4. Как влияет возраст на выбор методов обучения? 5. Приведите пример ситуации учебного процесса на учебном или учебно-тренировочном занятии по базовым видам ФК с оптимальным выбором методов и приемов обучения. Обоснуйте пример. 6. Дайте характеристику методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся в процессе обучения. 7. Приведите пример того, как можно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный или частично-поисковый методы обучения в процессе изучения элементов техники в одном из базовых видов спорта. 8. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличие от понятия «методика обучения» и их сходство. **II. Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения по следующей схеме: сущность метода обучения, условия успешного его применения; предложите возможные пути решения поставленных задач (см. пособие стр. 66-67)	2
8.	**Семинарское занятие № 7. Организационные формы обучения** **Задачи занятия:** 1. Раскрыть значение форм организации учебной работы в системе педагогического процесса. 2. Рассмотреть особенности основной формы организации учебной работы – урока и его взаимосвязи с другими формами организации обучения. **I. Вопросы:** 1. Раскройте понятие «форма обучения», ее особенности и значение. 2. Охарактеризуйте функции организационных форм обучения. 3. Определите признаки классно-урочной системы, особенности ее развития и дидактические требования к уроку. 4. Охарактеризуйте другие формы организации обучения и их значение. 5. Какие типы уроков физической культуры чаще всего встречаются в общеобразовательной школе? Влияет ли возраст учеников на выбор учителем типа урока? **II. Задания для самостоятельной работы:** в чем заключается различие между понятиями «форма организации обучения», «методы обучения»,	2

	«средства обучения», проанализируйте полученные сведения по теме и определите достоинства и недостатки разнообразных форм организации обучения; приведите примеры использования разнообразных форм организации учебного процесса в опыте работы учителей по физической культуре, специалистов по адаптивной физической культуре, тренеров.	
9.	**Семинарское занятие 8. Воспитание в образовательном процессе.** **Задачи занятия:** 1. Рассмотреть сущность воспитательного процесса и его особенности. 2. Рассмотреть основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. 3. Раскрыть требования принципов воспитания. 1. Вопросы 1. Раскройте сущность процесса воспитания и охарактеризуйте особенности, отличающие его от процесса обучения. 2. Какие факторы оказывают влияние на воспитательный процесс? В чем проявляются трудности и противоречия процесса воспитания? 3. Какова сущность содержания воспитания, и какие существуют подходы к его определению?	2
10.	**Семинарское занятие 9. Средства и методы воспитания.** **Задачи занятия:** 1. Сформировать представление о средствах и методах воспитания. 2. Раскрыть классификацию методов воспитания и условия их выбора. **I. Вопросы** 1. Раскройте сущность методов формирования нравственного сознания и их значение в формирование личности. 2. Раскройте сущность методов организации жизни и деятельности воспитанников и формирования с их помощью нравственного поведения. 3. Охарактеризуйте методы коррекции. 4. Может ли какой-то отдельно взятый метод применяться изолированно, или он должен подкрепляться другими методами и приемами воспитания, взаимодействовать с ними? Покажите, от чего зависит выбор методов воспитания. 5. Охарактеризуйте понятие «средства воспитания». Приведите примеры взаимодействия методов и средств воспитания. **II. Задания для самостоятельной работы:** в чем заключается различие между понятиями «методы воспитания» и «методы обучения», объясните содержание терминов, характеризующих сознание и поведение: «взгляды», «убеждения», «умение», «навык», «привычка»; ознакомьтесь с предложенными педагогическими ситуациями, выберите методы воспитания для этой ситуации.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1-2	**Лекция № 1. Педагогика как наука.** Педагогика как наука об образовании, воспитании, обучении человека. Предмет, объект педагогики. Задачи и функции педагогики. Основные категории педагогики: образование, воспитание, обучение, развитие и др. (педагогическая деятельность, педагогический процесс, педагогическая задача, педагогическая технология). Образование как общечеловеческая	2

	ценность и социокультурный феномен. Связь педагогики с другими науками. Система педагогических наук. Методы педагогического исследования.	
4-5-6	**Лекция № 2. Обучение в образовательном процессе** Понятие педагогического (образовательного) процесса. Основные характеристики педагогического процесса. Компоненты педагогического процесса Закономерности педагогического процесса. Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Структура процесса обучения. Принципы и методы обучения (обзор).	2
9-10	**Лекция № 3. Воспитание в образовательном процессе.** Сущность процесса воспитания. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания. Средства и методы воспитания (обзор)	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
2	**Семинар 1. Методы педагогического исследования** **Задачи занятия:** 1. Восстановить в памяти студентов содержание лекции, раскрыть взаимосвязи между основными категориями педагогики. 1. 2. Рассмотреть классификацию методов педагогического исследования и их охарактеризовать. 3. Раскрыть логику и этапы педагогического исследования. **I. Вопросы:** 1. Какие методы исследования относят к теоретическим, а какие к эмпирическим? Укажите назначение каждой группы методов исследования. 2. Охарактеризуйте и проиллюстрируйте на примерах методы педагогического исследования. 3. Какова логика организации педагогического исследования? Дайте характеристику его этапов. 4. Нужно ли бакалавру по ФК самостоятельно проводить научно-педагогические исследования или это дело ученых? **Задания для самостоятельной работы:** дайте характеристику методов педагогического исследования (педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование): сущность метода, требования к применению, виды (при наличии), приведите примеры; заполните таблицу (см. учебное пособие, стр. 17); оцените степень сформированности у себя некоторых профессионально-значимых качеств личности (см. учебное пособие, стр. 17), проанализируйте результаты самооценки и сделайте соответствующие выводы; предложите коллеги оценить по данным критериям степень сформированности у вас качеств, проанализируйте результаты рейтинга и сделайте соответствующие выводы, сравните результаты ауторейтинга и рейтинга степени сформированности профессионально-значимых качеств личности, сделайте соответствующие выводы; разработайте вопросы для беседы с целью изучения причин интереса к одной из дисциплин,	2

	читаемых в Университете, проведите устный опрос группы студентов, охарактеризуйте выявленные в ходе беседы причины интереса; на основе аналитического подхода к характеристике одного из учебно-тренировочных занятий выделите 1-2 достоинства и 1-2 недостатка в содержании занятия или в проявлении педагогом одного из профессионально-значимых качеств личности;; сформулируйте одну из педагогических проблем, требующих изучения и проведения исследования (предварительно ознакомившись с публикациями журналов «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура в школе», «Педагогика» и др.). Определите тему, объект, предмет исследования, цель, задачи, методы педагогического исследования.	
5, 7	**Семинар 2. Принципы и методы обучения** **Задачи занятия:** 1. Сформировать понятия о сущности и значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. 2. Рассмотреть пути реализации каждого принципа обучения. 3. Сформировать понятие о сущности и возможностях методов и технологий обучения в решении задач образования, развития и воспитания учащихся. **I. Вопросы:** 1. Что понимается под принципами обучения и правилами их реализации, в чем их важность для учебного процесса? Назовите систему принципов обучения. 2. Раскройте сущность принципа единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения. Почему на занятиях физической культурой и спортом важно осуществлять воспитание и какие задачи при этом решаются? 3. Раскройте сущность каждого из принципов обучения и перечислите правила, выполнение которых обеспечивают его реализацию. 4. Раскройте связи и зависимости, существующие между принципами единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения и сознательности и активности, сознательности и активности и наглядности, между другими принципами по выбору. 5. Раскройте сущность понятий «классификация методов обучения», «методы обучения», «методический прием обучения», «средства обучения». 6. Дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения. 7. При решении каких дидактических задач особенно успешно можно использовать словесные методы, наглядные, практические? 8. Как влияет возраст на выбор методов обучения? 9. Приведите пример ситуации учебного процесса на учебном или учебно-тренировочном занятии по базовым видам ФК с оптимальным выбором методов и приемов обучения. Обоснуйте пример. 10. Дайте характеристику методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся в процессе обучения. 11. Приведите пример того, как можно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный или частично-поисковый методы обучения в процессе изучения элементов	2

	техники в одном из базовых видов спорта. 12. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличие от понятия «методика обучения» и их сходство. **II. Задания для самостоятельной работы:** допишите правильные ответы на следующие вопросы: принцип …. (назвать принцип обучения по выбору) требует …, с целью реализации этого принципа необходимо установить связи между принципами …, а в процессе обучения соблюдать следующие правила …; Как повысить сознательность и активность учеников при выполнении учебного задания?; разработайте возможные пути реализации одного из принципов обучения на учебно-тренировочном занятии по базовому виду спорта.	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Голованова, Н. Ф. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Н. Ф. Голованова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 377 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01228-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450837
2. Коджаспирова, Г. М. Педагогика : учебник для академического бакалавриата / Г. М. Коджаспирова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 719 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-3603-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/425916
3. Милорадова, Н. Г. Педагогика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Милорадова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09827-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453352
4. Педагогика : учебник и практикум для вузов / Л. С. Подымова [и др.] ; под общей редакцией Л. С. Подымовой, В. А. Сластенина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01032-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449859
5. Подласый, И. П. Педагогика : учебник для вузов / И. П. Подласый. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 576 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03772-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449647
6. Столяренко, Л.Д. Педагогика в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / Л.Д. Столяренко. - Москва : Проспект, 2016. - 160 с. - ISBN 978-5-392-17513-0

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Безрукова, В.С. Педагогика [Текст] : учебное пособие по направлению 050100 "Педагогическое образование" / В.С. Безрукова. - Ростов н/Д : Феникс, 2013. - 381 с. : ил.
2. Ефремов, О.Ю. Педагогика [Текст] : учебное пособие / О.Ю. Ефремов. - СПб. : Питер, 2010. - 351 с. : ил.
3. Загвязинский, В.И. Педагогика [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / В.И. Загвязинский, И.Н. Емельянова; под ред. В. И. Загвязинского. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2012. - 350, [1] с.
4. Засобина, Г.А. Педагогика : учебное пособие / Г.А. Засобина, И.И. Корягина, Л.В. Куклина. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 250 с. : ил. - Библиогр. в кн. -

ISBN 978-5-4475-3744-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272316
5. Климашин, И.К. Основы общей педагогики [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлению подготовки бакалавров: 44.03.02 «Психолого- педагогическое образование» / И.К. Климашин, С.О. Хрусталева). - Малаховка : [б. и.], 2017. – 84 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС.
6. Коджаспирова, Г.М. Педагогика в схемах и таблицах [Текст] : учебное пособие / Г.М. Коджаспирова. - Изд. 2-е, перераб. и доп. - Москва : Проспект, 2016. - 245 с.
7. Крившенко, Л.П. Педагогика [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / Л.П. Крившенко, Л.В. Юркина; Московский государственный областной университет. - Москва : Юрайт, 2015. - 363, [1] с.
8. Педагогика [Текст] : учебник по направлению 050100 "Педагогическое образование" / под ред. А. П. Тряпицыной. - Санкт-Петербург : Питер, 2014. - 304 с. : ил.
9. Педагогика [Текст] : учебное пособие по дисциплине "Педагогика и психология" (часть I "Педагогика") для студентов высших учебных заведений, обучающихся по непедагогическим специальностям / под ред. П. И. Пидкасистого. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2012. - 511 с.
10. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : для студентов, обучающихся по гуманитарным и педагогическим направлениям : в 3 ч. Ч. 1. : Образовательные технологии / под общ. ред. Л. В. Байбородовой, А. П. Чернявской. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 257, [1] с. : ил.
11. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : для студентов, обучающихся по гуманитарным и педагогическим направлениям : в 3 ч. Ч. 2 : Образовательные технологии / под общ. ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 233, [1] с. : ил.
12. Педагогические технологии [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата : для студентов, обучающихся по гуманитарным и педагогическим направлениям : в 3 ч. Ч. 3 / под общ. ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 218, [1] с. : ил.
13. Щуркова, Н.Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога [Текст] : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры по специальностям "Социальная педагогика", "Педагогика" / Н.Е. Щуркова. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2017. - 365, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/

- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14** (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-48шт, скамья-48 шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №1** (3 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-20 шт.; скамья-20шт., письменный стол-1шт. стул - 4шт. Оборудование: Интерактивная доска Triumph Board Multi Touch New 78"-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

**Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная
деятельность
_____Мосунова М.Д.**

**Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«18» июня 2019 г., протокол № 15**

Зав. кафедрой _____Криличевский В.И.

**Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14**

**Авторы-разработчики:
профессор, доцент, к.п.н.,
Белогородцева Э.И.**

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на **2** курсе по **очной** форме обучения, на **4** курсе по **заочной** форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	**ОПК-1.** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Воспитание	**ОПК-5.** Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения
Воспитание	**ОПК-6**. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
Профессиональное взаимодействие	**ОПК-10.** Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта
Правовые основы профессиональной деятельности	**ОПК-12.** Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом	ОПК-1.1. *Знает:* - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в	ОПК-1.1. *Знает:* - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в

положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. ОПК-1.2. *Умеет:* - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта. ОПК-1.3. *Имеет опыт:* - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.	сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС ОПК-1.2. *Умеет:* - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта ОПК-1.3. *Имеет опыт:* - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК-5.1. *Знает:* - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и	ОПК-5.1. *Знает:* - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - характеристику коллектива и основы его

	основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов. ОПК-5.2. *Умеет:* - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; ОПК-5.3. *Имеет опыт:* - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом.	формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; ОПК-5.2. *Умеет:* - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; ОПК-5.3. *Имеет опыт:* - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом.

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК-6.1. *Знает:* - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. *Умеет:* - использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения работоспособности. ОПК-6.3. *Имеет опыт:* - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта.	ОПК-6.1. *Знает:* - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. ОПК-6.2. *Умеет:* - использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения работоспособности. ОПК-6.3. *Имеет опыт:* - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта.
ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	ОПК-10.1. *Знает:* - основы эффективных коммуникаций; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе. ОПК-10.2. *Умеет:* - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко-жизненных) ситуациях. ОПК-10.3. *Имеет опыт:* - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач	ОПК-10.1 *Знает:* - основы эффективных коммуникаций; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе. ОПК-10.2. *Умеет:* - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко-жизненных) ситуациях. ОПК-10.3. *Имеет опыт*: - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	ОПК-12.1. *Знает:* - законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта; - законодательство РФ в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - источники надежной и	ОПК-12.1. *Знает:* - законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта; - законодательство РФ в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - источники надежной и

	достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - этические нормы в области спорта и образования.	достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - этические нормы в области спорта и образования.
	ОПК-12.2. *Умеет:* - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.	ОПК-12.2. *Умеет:* - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом
	ОПК-12.3. *Имеет опыт:* - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики. учета и отчетности.	ОПК-12.3. *Имеет опыт:* - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		**54**				**54**				
В том числе:										
Занятия лекционного типа		**20**				**20**				
Занятия семинарского типа семинары, (практические занятия, лабораторные работы)		**34**				**34**				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		**27**				**27**				
Самостоятельная работа студента		**27**				**27**				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**				**108**				
	зачетные единицы	**3**				**3**				

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися	**14**					**14**				
В том числе:										
Занятия лекционного типа	**6**					**6**				

Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		**8**					**8**				
Промежуточная аттестация (экзамен)		**9**					**9**				
Самостоятельная работа студента		**85**					**85**				
Выполнение контрольной работы		20					**20**				
Общая трудоемкость	**часы**	**108**					**108**				
	зачетные единицы	**3**					**3**				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	***Раздел 1. ФКиС в воспитании личности*** *Сущность и задачи педагогики физической культуры.*	Возникновение педагогики ФК. Современные тенденции развития спорта и возникновение в этой связи задачи и проблемы ПФК. Связь с другими науками. Основные категории педагогики физической культуры. *Методы исследования в педагогике ФК* Педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, опрос, анализ нравственных ситуаций, эссе, метод незаконченных предложений.	*Знает:* - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся (ОПК.-1.1); - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1); - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1). *Умеет:* учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (ОПК- 5.1);- использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения работоспособности (ОПК -6.2). *Имеет опыт:* - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта (ОПК- 1.3).
2	*Цели и задачи воспитания при занятиях физической культурой и спортом.*	Воспитание в процессе занятий ФК (и включая спорт). Особенности воспитательного процесса. Специфичность задач воспитания по направлениям: трудовому,	*Знает:* - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1); - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте **(**ОПК-5.1); - меры

		интеллектуальному, физическому, нравственному, эстетическому. Принципы воспитания. Особенности реализации принципов воспитания на учебно-тренировочных занятиях в ИВС	ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка (ОПК-12.1);- этические нормы в области спорта и образования (ОПК - 12.1). *Умеет:* - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта (ОПК-1.2); (ОПК -12.2) *Имеет опыт:* - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; (ОПК-5.3). - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3).
3	*Структура воспитательного процесса, его содержание и специфика используемых методов воспитания*	Понятие структуры (взаимосвязь составных частей) воспитательного процесса. Определение цели, последовательности воспитательных задач для ее достижения. Содержание воспитательной работы по направлениям: формирование убеждений, мировоззрений; умений, навыков и привычек поведения; положительных чувств и переживаний, связанных со спортивной деятельностью; воспитание нравственных и волевых качеств.	*Знает:* - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1); - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1). *Умеет:* - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (ОПК- 1.2); - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками (ОПК-5.2). *Имеет опыт:* - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; (ОПК-5.3).
4	**Раздел 2. Специфика воспитания в спорте** *Средства воспитания. Методы формирования*	Понятие о средствах и методах воспитания. Средства воспитания (игра, учение, труд, общение, ФКиС). Формы организации педагогического процесса. Специфика реализации принципов и методов	*Знает:* - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1); - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования (ОПК-1.1); - принципы воспитания; - методы, приемы и средства

	нравственного сознания	воспитания в ВР и обучении двигательным действиям. Особенности применения методов воспитания: информационных, дискуссионных, поисковых и методов взаимного просвещения. Методические приемы воспитания	воспитания в физической культуре и спорте **(**ОПК-5.1). *Умеет:* - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; (ОПК-5.3). *Имеет опыт:* - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами (ОПК-5.3).
5	*Методы формирования нравственного опыта поведения и коррекции.* .	Педагогические требования и контроль, упражнение и приучение, поручение, педагогические ситуации. Методы коррекции в формировании нравственных чувств. Формы организации педагогического процесса. Методы и приемы воспитания и специфика их реализации при обучении двигательным действиям	*Знает:* - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте **(**ОПК-5.1); - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1); *Умеет:* - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (ОПК- 1.2); -поддерживать учебную дисциплину во время занятий (ОПК -10.2); - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками (ОПК-5.2). *Имеет опыт:* - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3).
6 7	*Комплексный подход к воспитанию.*	Понятие комплексного подхода. Единство целей, содержания, форм и методов воспитания. Условия и требования для решения взаимосвязанных задач воспитания.	*Знает:* - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах (ОПК-1.1). - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте (ОПК-5.1). - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов (ОПК-5.1). *Умеет:* - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой

			и спортом (ОПК- 1.2); - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками (ОПК-5.2). *Имеет опыт:* - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях (ОПК-5.3).
8	*Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта.*	Понятие педагогической технологии и инновации. Сущность педагогической технологии и инновации в сфере ФКиС. Педагогические технологии: проблемно-модульного обучения, метод анализа конкретных ситуаций, воспитание индивидуальности и др. Инновации: гуманизация воспитания, компьютерное моделирование и мониторинг педагогического процесса. Взаимосвязь педагогической технологии с педагогическим мастерством.	*Знает:* - основы эффективных коммуникаций (ОПК-10.1); - законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта; - законодательство РФ в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта (ОПК-12.1). *Умеет:*- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом (ОПК-12.2); - использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения (ОПК-6.2). *Имеет опыт:* - поддерживать учебную дисциплину во время занятий (ОПК -10.2); - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3).
9	**Раздел 3. *Система воспитатель-ной работы*** *Воспитание дисциплины и преодоление недисциплини-рованности*	Понятие о дисциплине. Дисциплина и дисциплинированность. Условия воспитания сознательной дисциплины. Методы воспитания дисциплины и преодоление недисциплинированности.	*Знает:* - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте **(**ОПК-5.1); -формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе **(**ОПК-5.1); - требования охраны труда в области образования и физической культуры (ОПК12.1). *Умеет:*- поддерживать учебную дисциплину во время занятий (ОПК-10.1);

			- помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и или неблагоприятных условиях (ОПК-5.2). *Имеет опыт:* - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3).
10	*Педагогическое руководство самовоспита-нием*	Понятие самовоспитания**.** Самовоспитание как неотъемлемая составная часть воспитания, его движущие силы. Этапы самовоспитания. Методы самовоспитания. Самовоспитание и перевоспитание. Роль самовоспитания и самореализации по мере взросления спортсмена и роста его спортивного мастерства	*Знает:* - Технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов (ОПК-5.1);- этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1); *Умеет:* - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2);- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом (ОПК-12.2). *Имеет опыт:* - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом (ОПК- 5.3).
11	*Воспитание физкультурного и спортивного коллектива.*	Воспитание в коллективе – принцип педагогики ФК. Особенности спортивного коллектива. Признаки, этапы развития коллектива. Методы воспитания коллектива. Диагностика уровня развития коллектива: «Песчаная россыпь», «Мягкая глина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел» (по А.Н. Лутошкину).	*Знает:* - характеристику коллектива и основы его формирования в спорте (ОПК-5.1.); - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта (ОПК-12.1); - этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1). *Умеет:* - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом (ОПК-12.2). *Имеет опыт:* - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ (ОПК-5.3); - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики (ОПК-12.3).

12	**Раздел 5. Продуктивная деятельность педагога в сфере спорта** *Функции и требования к личности*	Требования к личности педагога в области физической культуры и спорта. Функции (профессиональные) тренера, учителя физической культуры. Авторитет педагога. Типы педагогов. Владение научной организацией труда и наукой управления	*Знает:* - законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта (ОПК-12.1); - требования охраны труда в области образования физической культуры и спорта (ОПК-12.1); - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1). *Умеет:* - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом (ОПК-12.2); *Имеет опыт:* - обоснования применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта (ОПК- 12.3).
13	*Педагогические способности компоненты в деятельности педагога*	Задатки, способности, талант. Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские, коммуникативные способности. Непрерывное образование и самообразование. Основные компоненты самообразования.	*Знает:* - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1); - этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1); - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2). *Умеет:* - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками (ОПК-5.2); - использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения работоспособности (ОПК 6.2). *Имеет опыт:* - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом (ОПК- 5.3).
14	*Педагогическое мастерство и его уровни.*	Понятие педагогического мастерства. Мастерство педагога – интегральное качество. Уровни педагогического мастерства. Структура педагогического мастерства Профессионализм и мастерство педагога в решении педагогических	*Знает:* - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте **(**ОПК-5.1); - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся (ОПК-1.1)

		задач. Типы педагогических задач (стратегические, оперативные, дидактические, воспитательные) и их характеристика. Критерии педагогического мастерства.	*Умеет:* - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко-жизненных) ситуациях - нормативные документы в области физической культуры и спорта (ОПК-12.2); - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта (ОПК-12.2). *Имеет опыт:* - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики (ОПК-12.3).
15	*Педагогическое общение и личная педагогическая техника*	Функции и структура педагогического общения. Культура педагогического общения. Невербальные средства общения. Личная педагогическая техника	*Знает:* - этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1). - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1). *Умеет:* - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом (ОПК-12.2). *Имеет опыт:* - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики (ОПК-12.3). - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх (ОПК-5.3).
16	Стили общения. Педагогические стили общения	Стили общения. Педагогические стили общения (общение-дистанция, - устрашение, - заигрывание, - подражание, - на основе совместной увлеченности и деятельности). Нормы педагогической дистанции (персональная, официальная,	*Знает:* - этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1); - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1). *Умеет:* - общаться с детьми различных возрастных категорий (ОПК- 5.2); - поддерживать учебную дисциплину во время занятий (ОПК - 10.2); - анализа эффективности общения

		публичная)	и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3). *Имеет опыт:* - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач (ОПК-10.3).
17	Педагогичес-кое творчество	Понятие о творчестве. Условия проявления творчества. Уровни педагогического творчества. Творчество тренера и спортсмена. Признаки творческой деятельности. Характеристика творческой личности. Педагогическая импровизация. Педагогическая интуиция. Педагогический артистизм	*Знает:* - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования (ОПК-1.1); - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе (ОПК- 5.1). - этические нормы в области спорта и образования (ОПК-12.1). (ОПК-12.1) *Умеет:* - поддерживать учебную дисциплину во время занятий (ОПК - 10.2); (ОПК-12.2); - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (ОПК- 1.2); *Имеет опыт:* - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом (ОПК- 5.3).

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	*Лекция № 1. Сущность и задачи педагогики физической культуры* Возникновение педагогики ФК. Современные тенденции развития спорта и возникновение в этой связи задачи и проблемы ПФК. Связь с другими науками. Основные категории педагогики физической культуры.	2
2	*Лекция № 2. Методы исследования в педагогике физической культуры.* Педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент (естественный и формирующий), опрос, метод незаконченных предложений, анализ нравственно-этических ситуаций, частотных словарей, этический практикум, эссе.	2
3	*Лекция № 3. Цели и задачи воспитания при занятиях физической культурой и спортом* Воспитание в процессе занятий спортом (включая ФК). Особенности воспитательного процесса. Специфичность задач воспитания по направлениям: трудовому, интеллектуальному, физическому, нравственному, эстетическому. Принципы воспитания. Особенности реализации принципов воспитания на	2

	уроках физической культуры и учебно-тренировочных занятиях.	
4	*Лекция № 4. Структура воспитательного процесса, его содержание и специфика используемых методов* Понятие структуры (взаимосвязь составных частей) воспитательного процесса. Определение цели, последовательности воспитательных задач для ее достижения. Содержание воспитательной работы по направлениям: формирование убеждений, мировоззрений; умений, навыков и привычек поведения; положительных чувств и переживаний, связанных со спортивной деятельностью; воспитание нравственных и волевых качеств.	2
5	*Лекция 5. Средства воспитания. Методы формирования нравственного сознания.* Понятие о средствах и методах воспитания. Средства воспитания (игра, учение,труд, общение, ФКиС). Формы организации педагогического процесса. Специфика реализации принципов и методов воспитания в ВР и обучении двигательным действиям. Особенности применения методов воспитания: информационных, дискуссионных, поисковых и методов взаимного просвещения. Методические приемы воспитания. *Комплексный подход к воспитанию.* Понятие комплексного подхода. Единство целей, содержания, форм и методов воспитания. Условия и требования для решения взаимосвязанных задач воспитания.	2
6	*Лекция № 6. Методы формирования нравственного опыта поведения и коррекции.* Педагогические требования и контроль, упражнение и приучение, поручение, педагогические ситуации. Методы коррекции в формировании нравственных чувств. Формы организации педагогического процесса. Принципы, методы и приемы воспитания специфика их реализации при обучении двигательным действиям.	2
7	*Лекция № 7.Воспитание спортивного коллектива.* Понятие коллектива, его признаки. Значение коллектива в формировании личности спортсмена. Особенности спортивного коллектива как демократического объединения при руководящей роли педагога. Признаки спортивного коллектива. Особенности цели ориентирования в спортивном коллективе - цели личные, групповые, жизненные. Система перспективных линий. Характеристика этапов развития коллектива.	2
8	*Лекция № 8. Педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта.* Понятие педагогической технологии и инновации. Сущность педагогической технологии и инновации в сфере ФКиС. Педагогические технологии: проблемно-модульного обучения, воспитании индивидуальности, метод анализа конкретных ситуаций, коллективной творческой деятельности) и др. Инновации: гуманизация воспитания, компьютерное моделирование и мониторинг педагогического процесса. Взаимосвязь педагогической технологии с педагогическим мастерством.	2
9	*Лекция № 9. Педагогические способности компоненты в деятельности педагога* Задатки, способности, талант. Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские способности. Коммуникативные способности. Непрерывное образование и самообразование. Основные компоненты самообразования: самопознание, составление программы работы над собой, организация системы и организация деятельности.	2
10	*Лекция № 10.Педагогическое мастерство и его уровни. Педагогическое творчество.* Понятие педагогического мастерства творчества.. Мастерство педагога –	*2*

	интегральное качество. Уровни педагогического мастерства. Структура педагогического мастерства Профессионализм и мастерство педагога в решении педагогических задач. Типы педагогических задач (стратегические, оперативные, дидактические, воспитательные) и их характеристика. Критерии педагогического мастерства творчества.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	*Занятие 1. Сущность и задачи педагогики физической культуры* Возникновение педагогики ФК. История развития педагогики спорта в зарубежных государствах и в нашей стране. Связь с другими науками. Основные категории педагогики физической культуры. Современные тенденции развития спорта и возникновение в этой связи задачи и проблемы педагогики физической культуры и спорта. Методы исследования в педагогике физической культуры.	2
2	*Занятие 2. Воспитание в спортивной подготовке в избранном виде спорта (включая ФК).* Особенности воспитательного процесса. Специфичность задач воспитания по направлениям: трудовому, интеллектуальному, физическому, нравственному, эстетическому. Принципы воспитания. Особенности реализации принципов воспитания на учебно-тренировочных занятиях в ИВС.	2
3	*Занятие 3.Управление педагогическим процессом.* Понятие об управлении. Принципы управления в воспитании. Последовательность управленческих действий: 1.Постановка цели, уточнение ее уровня развития и воспитанности занимающихся. 2.Методы диагностики нравственной воспитанности. 3.Разработка алгоритма воспитательных задач. 4.Составлениеплана воспитательной работы. Подбор средств и методов для решения поставленных воспитательных задач. Контроль (получение «обратной связи» и внесение коррективы в методику или в содержание самой задачи.5.Анализ и оценка результативности опыта. Составление плана воспитательной работы на следующий период. Ведение личных дневников спортсменами.	2
4	*Занятие 4. Средства воспитания. Методы формирования нравственного сознания* Понятие о средствах и методах воспитания. Средства воспитания (игра, учение, труд, общение, ФКиС). Формы организации педагогического процесса. Специфика реализации принципов и методов воспитания в ВР и обучении двигательным действиям. Особенности применения методов воспитания. Методические приемы воспитания.	2
5	*Занятие 5. Методы формирования нравственного опыта поведения и коррекции.* Педагогические требования и контроль, упражнение и приучение, поручение, педагогические ситуации. Методы коррекции в формировании нравственных чувств. Принципы, методы и приемы воспитания.	2
6	*Занятие 6. Структура воспитательного процесса, его содержание и специфика используемых методов воспитания.* Понятие структуры (взаимосвязь составных частей) воспитательного процесса. Определение цели, последовательности воспитательных задач для ее достижения. Содержание воспитательной работы по направлениям: формирование убеждений, мировоззрений; умений, навыков и привычек поведения; положительных чувств и переживаний, связанных со спортивной деятельностью; воспитание нравственных и волевых качеств и специфика их реализации при обучении двигательным действиям.	2

7	*Занятие 7.Педагогические технологии и инновации в сфере спорта (и ФК)* Понятие педагогической технологии и инновации. Сущность педагогической технологии и инновации в сфере ФКиС. Педагогические технологии: проблемно-модульного обучения, метод анализа конкретных ситуаций, воспитании индивидуальности, коллективной творческой деятельности) и др. Инновации: гуманизация воспитания, компьютерное моделирование и мониторинг педагогического процесса. Взаимосвязь педагогической технологии с педагогическим мастерством.	2
8	*Занятие 8. Комплексный подход к воспитанию.* Понятие комплексного подхода. Единство целей, содержания, форм и методов воспитания. Условия и требования для решения взаимосвязанных задач воспитания.	2
9	*Занятие 9.Воспитание дисциплины и преодоление недисциплинированности* Понятие о дисциплине. Дисциплина и дисциплинированность. Условия воспитания сознательной дисциплины. Методы воспитания дисциплины и преодоление недисциплинированности в ИВС.	2
10	*Занятие 10.Воспитательная работа в процессе учебно-тренировочных занятий в ИВС.* Решение в единстве учебной и воспитательной задачи на УТЗ в ИВС. Формирование личности в процессе занятий физической культурой. Характер воспитательных задач, решаемых в ходе УТЗ в ИВС.	2
10	*Занятие 11. Педагогическое руководство самовоспитанием.* Понятие самовоспитания**.** Самовоспитание как неотъемлемая составная часть воспитания, его движущие силы. Этапы самовоспитания. Методы самовоспитания. Самовоспитание и перевоспитание. Роль самовоспитания и самореализации по мере взросления спортсмена и роста его спортивного мастерства	2
11	*Занятие 12. Воспитание физкультурного и спортивного коллектива.* Воспитание в коллективе – принцип педагогики ФК. Особенности спортивного коллектива. Признаки, этапы развития коллектива. Методы воспитания коллектива. Диагностика уровня развития коллектива: «Песчаная россыпь», «Мягкая глина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел» (по А.Н. Лутошкину).	2
12	*Занятие 13. Функции и требования к личности.* Требования к личности педагога в области физической культуры и спорта. Функции (профессиональные) учителя физической культуры, тренера. Авторитет педагога. Типы педагогов. Владение научной организацией труда и наукой управления.	2
13	*Занятие 14. Педагогические способности и компоненты в деятельности педагога.* Задатки, способности, талант. Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские способности. Коммуникативные способности и их составляющие: перцепция и эмпатия, мажорность общения, педагогический такт, экспрессивность. Суггестивные способности, аттракция. Непрерывное образование и самообразование. Основные компоненты самообразования: самопознание, составление программы работы над собой, организация системы и организация деятельности.	2
14	*Педагогическое мастерство и его уровни.* Понятие педагогического мастерства. Мастерство педагога – интегральное качество. Уровни педагогического мастерства. Структура педагогического мастерства. Профессионализм и мастерство педагога в решении педагогических задач. Типы педагогических задач (стратегические, оперативные, дидактические, воспитательные) и их характеристика. Критерии педагогического мастерства.	2

15	*Занятие 15. Педагогическое общение и личная педагогическая техника* Функции и структура педагогического общения. Культура педагогического общения. Невербальные средства общения и их классификация. Личная педагогическая техника.	2
16	*Занятие 16. Стили общения, виды педагогического общения.* Педагогические стили общения (общение-дистанция, - устрашение, - заигрывание, - подражание, - на основе совместной увлеченности и деятельности). Нормы педагогической дистанции (персональная, официальная, публичная).	2
17	*Занятие 17. Педагогическое творчество.* Понятие о творчестве. Условия проявления творчества. Уровни педагогического творчества. Творчество тренера и спортсмена. Признаки творческой деятельности. Характеристика творческой личности. Педагогическая импровизация. Педагогическая интуиция. Педагогический артистизм и имидж спортивного педагога.	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	*Лекция № 1. Сущность и задачи педагогики физической культуры* Возникновение педагогики ФК. Современные тенденции развития спорта и возникновение в этой связи задачи и проблемы ПФК. Связь с другими науками. Основные категории педагогики физической культуры. *Методы исследования в педагогике физической культуры.* Педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент (естественный и формирующий), опрос, метод незаконченных предложений, анализ нравственно-этических ситуаций, частотных словарей, этический практикум, эссе.	2
2	*Лекция № 2. Средства воспитания. Методы формирования нравственного сознания.* Понятие о средствах и методах воспитания. Средства воспитания (игра, учение, труд, общение, ФКиС). Формы организации педагогического процесса. Специфика реализации принципов и методов воспитания в ВР и обучении двигательным действиям. Особенности применения методов воспитания: информационных, дискуссионных, поисковых и методов взаимного просвещения. Методические приемы воспитания. *Методы формирования нравственного опыта поведения и коррекции.* Педагогические требования и контроль, упражнение и приучение, поручение, педагогические ситуации. Методы коррекции в формировании нравственных чувств. Принципы, методы и приемы воспитания.	2
3	*Лекция № 3. Воспитание физкультурного и спортивного коллектива.* Воспитание в коллективе – принцип педагогики ФК. Особенности спортивного коллектива. Признаки спортивного коллектива. Этапы развития коллектива. *Педагогические способности и компоненты в деятельности педагога.* Задатки, способности, талант. Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские способности. Коммуникативные способности и их составляющие: перцепция и эмпатия, мажорность общения, педагогический такт, экспрессивность. Суггестивные способности, аттракция.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	*Семинар № 1. Цели и задачи воспитания при занятиях физической культурой и спортом* *Вопросы для обсуждения:* 1.Каковы возможности занятий физической культурой и спортом в развитие личности? Раскройте суть выражения «воспитательный потенциал спорта». «Спорт как средство воспитания весьма диалектичен по возможностям своего влияния?». 2. Влияет ли вид спорта на формирование определенных качеств личности? Какие положительные качества личности формируются при занятиях ФКиС? Могут ли занятия физической культурой и спортом отрицательно влиять на личность? 3.Назовите причины, обязывающие педагога и тренера в области физической культуры и спорта серьезно заниматься вопросами воспитания. 4. Учитель физической культуры – прежде всего, воспитатель. Эту точку зрения немецкий ученый Шпрангер описывает так: «*Учитель физической культуры должен больше всех остальных, кто имеет отношение к школе, быть воспитателем в процессе преподавания*». Как вы думаете, почему? Относится ли это положение к тренеру?1.Каковы возможности занятий физической культурой и спортом ?	2
2	*Семинар № 2. Педагогические технологии и инновации в сфере спорта (и ФК)* *Вопросы для обсуждения:* 1. Раскройте понятия «педагогическая технология», «инновационная технология» и их особенность применения в тренировочном процессе. 2. Суть главной идеи технологии игрового, проблемного, перспективно-опережающего, развивающего обучения, сущность интерактивного обучения. Почему *интерактивное обучение* является на сегодняшний день наиболее приемлемой технологией организации современного учебного занятия? **3.** Раскройте *методы интерактивного обучения* в системе традиционных занятий. Роль преподавателя в системе интерактивного обучения. Техника организации сотрудничества на учебных занятиях в системе интерактивного обучения. В чем состоит характеристика такого обучения? Раскройте в скобках смысл интерактивного обучения. 4. Какие элементы технологий, основанных на активизации познавательной деятельности, используются на учебно-тренировочных занятиях? Что является стержневой идеей развивающего обучения? Существует ли эффективная методика обучения для анализа проблем? Развития творческого мышления?	2

3	*Семинар № 3. Воспитание дисциплины и преодоление недисциплинированности* *Вопросы для обсуждения:* 1. Что понимаете под термином дисциплина? Дисциплинированность? Условия, обеспечивающие воспитание дисциплины. 2. Какова роль дисциплины на уроке физической культуры, учебно-тренировочном занятии? Какой порядок поведения воспитанников вам необходим, что может помешать или ухудшить результативность ваших действий и планов? 3. Назовите причины недисциплинированного поведения учащихся на уроке физической культуры, тренировочном занятии. 4. Разработайте перечень норм поведения: в спортивном зале, на спортивной площадке.	2
4	Семинар № 4. *Педагогические способности и компоненты в деятельности педагога.* Задатки, способности, талант. Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские способности. Коммуникативные способности и их составляющие: перцепция и эмпатия, мажорность общения, педагогический такт, экспрессивность. Суггестивные способности, аттракция. Непрерывное образование и самообразование. Основные компоненты самообразования: самопознание, составление программы работы над собой, организация системы и организация деятельности. *Педагогическое творчество* *Вопросы для обсуждения:* 1. Понятие «мастерство» и «творчество». Существует ли взаимосвязь? В чем сущность творчества педагога (тренера) в педагогической деятельности? 2. Ваше представление о творческих тренерах (учителях). Основные качества личности творческого педагога (тренера). Недостатки современного педагога, от которых ему надо срочно избавляться. Какие качества необходимо развивать спортивному педагогу? 3. Можно ли научить каждого педагога творчеству? Каков механизм формирования потребности в творческом труде у педагога? 4. Почему не всегда творчески работающий педагог находит поддержку у коллег	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Костихина, Н.М. Педагогика физической культуры : учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Изд. 2-е. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429371
2. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455245
3. Никитина, Е.Д. Педагогика физической культуры : (курс лекций) : учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки бакалавров: 49.03.01-"Физическая культура" / Е. Д. Никитина; Министерство спорта Российской

Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 15,9 МБ). - Малаховка : [б. и.], 2017. – 100 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05600-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454923

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Кайнова, Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования / Э.Б. Кайнова. - Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2014. - 205 с. : ил.
2. Карпушин, Б.А. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Б.А. Карпушин; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : Олимп-СПб., 2010. - 295 с.
3. Костихина, Н.М. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова; М-во спорта Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2013. – 206 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Педагогика" / О.Ю. Масалова; [под ред. М. Я. Виленского]. - Москва : Кнорус, 2016. - 183, [1] с.
5. Медведева, Е.Н. Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики : учебное пособие : [12+] / Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – Москва : Спорт, 2016. – 160 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454248
6. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 399 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366
7. Педагогика физической культуры : учебник для образовательных учреждений высшего образования по направлению "Физическая культура" / под общ. ред. В. И. Криличевского, А. Г. Семёнова, С. Н. Бекасовой. - Москва : Кнорус, 2016. - 319, [1] с. : ил.
8. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / под ред. С.Д. Неверковича. - М. : Академия, 2010. - 329 с.
9. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/452538
10. Усаков, В.И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников : учебное пособие / В.И. Усаков. – 2-е изд. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452857

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link isexternal)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14 (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-48шт, скамья-48 шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400)-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader –

свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №1 (3 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-20 шт.; скамья-20шт., письменный стол-1шт. стул - 4шт. Оборудование: Интерактивная доска Triumph Board Multi Touch New 78"-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра психологии

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/Заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«_18_» июня 20190 г., протокол № 16

Зав. кафедрой _____Е.Е.Хвацкая

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Авторы-разработчики:
ст.преподаватель, Вит.Вл.Андреев
зав.кафедрой психологии, к.псх.н., доцент Е.Е.Хвацкая

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом она изучается на 3 курсе, в 6 семестре по очной форме обучения, и на 4 курсе в 7 семестре (по заочной форме обучения). Вид промежуточной аттестации: очная форма – экзамен.

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теорий физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий
Воспитание	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;
Контроль и анализ	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.
Профессиональное взаимодействие	ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения***
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: -психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;	Знает: -психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;
	ОПК-1.2. Умеет:	Умеет:

	- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;	-учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;
ОПК-2	ОПК-2.1 Знает: -анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;	Знает: анатомо-физиологические и *психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;**
	ОПК-2.2 Умеет: - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;	Умеет: - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;
	ОПК-2.3 Имеет опыт: -применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта	Имеет опыт: -применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;
ОПК-6	ОПК-6.1 Знает: - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;	Знает: - *закономерности* физического и *психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;*
	ОПК-6.2 Умеет: - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;	Умеет: - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;
ОПК-9	ОПК-9.1 Знает: - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику,	Знает: - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику,

	психокоррекцию, элементы консультирования;	психокоррекцию, элементы консультирования;
	ОПК-9.2 Умеет: - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное»,	Умеет: - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - *использовать* комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, *методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.)*;

	методика исследования мотивации, социометрия и др.);	
	ОПК-9.3 Имеет опыт: - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;	Имеет опыт: - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;
ОПК-10	ОПК-10.1 Знает: - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;	Знает: - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе;
	ОПК-10.2 Умеет: - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;	Умеет: - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими

	- корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;	субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;
	ОПК-10.3 Имеет опыт: - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.	Имеет опыт: - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.

Прим.: * - курсивом выделены компоненты комплексных «Планируемые результаты обучения», имеющие отношение к дисциплине «Психология ФКиС»

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестр 6
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54	54
В том числе:			
Занятия лекционного типа		20	17
Практические занятия семинарского типа		34	34
Промежуточная аттестация (экзамен)		27	27
Самостоятельная работа студента		27	27
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108
	зачетные единицы	**3**	3

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестр 7
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14	14
В том числе:			
Занятия лекционного типа		6	6
Практические занятия семинарского типа		8	8
Промежуточная аттестация (экзамен)		9	9
Самостоятельная работа студента		85	85
Выполнение контрольной работы		20	20
Общая трудоемкость	**часы**	**108**	108
	зачетные	**3**	3

	единицы		

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Психология физической культуры и спорта спорта»:

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Предмет психологии ФКиС	Психология ФКиС – прикладная отрасль психологического знания. Цель, предмет и объект и методы исследования в психологии ФКиС. Ее связь с др.отраслями научного знания. Психологическая характеристика физического воспитания, спорта (массового, спорта высших достижений и профессионального спорта), двигательной рекреации. Психологическая структура деятельности (А.Н.Леонтьев). Экстремальность спортивной деятельности. Проблематика научных психологических исследований в физической культуре и спорте. Влияние индивидуально-психологических особенностей занимающихся на успешность физкультурно-спортивной деятельности. Человек как индивид, субъект, личность и индивидуальность (по Б.Г.Ананьеву). Влияние занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией на развитие человека как субъекта, личности и индивидуальности.	Знание: -психологической характеристики физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; Умение: -корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; Опыт/Владение: -анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.
2	Возрастно-половые и социально-психологические аспекты	Основы возрастной психологии: закономерности и факторы психического развития.	Знание: - основных понятий возрастной психологии, в том числе психологических

	физического воспитания, спорта и двигательной рекреации	Возраст в узком и широком смысле. Кризисная концепция возрастного развития Л.С.Выготского. Задачи развития (по П.Балтесу) Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность (А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин) Психические новообразования. Проблема возрастной периодизации. Возрастные психологические особенности занимающихся и их учет в процессе физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Пол и гендер и занятия физической культурой и спортом. Влияние занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией на развитие человека как субъекта, личности и индивидуальности. Психологические основы общения в физической культуре и спорте: перцептивная, коммуникативная и интерактивная стороны, активное слушание; деструктивные и конструктивные конфликты. Класс, спортивная группа/команда как малая социальная группа. Взаимодействие в системе «учитель ФВ-ученик/класс», «тренер-спортсмен», «тренер-спортсмен-родители спортсмена», «инструктор –	особенностей занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; -анатомо-физиологических и *психологических особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;* - *закономерностей* физического и *психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;* -основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; Умение: -учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; -*проводить собеседование,* оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; -корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных)

		клиент».	ситуациях; Опыт/Владение: - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; -анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач; .
3	Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации	Понятие о психологической помощи занимающимся физической культурой и спортом. Типичные психологические трудности занимающихся в рамках физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Принципы и условия психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Основы психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом. Концепции психологического обеспечения/сопровождения спортивной деятельности (Г.Д.Горбунов, Н.Б.Стамбулова). Детерминанты спортивного успеха: мотивация, спортивно-важные психические (профессионально-важные) качества спортсмена. Психологический аспект спортивной ориентации и отбора, мотивации к занятиям двигательной рекреацией. Психопрофилактика и психокоррекция	Знание: -типичных психологических трудностей занимающихся физической культурой и спортом; -принципов, условий и задач психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; -анатомо-физиологических и *психологических особенностей лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;* - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; Умение: - подбирать и применять

		возникновения и развития неблагоприятных психических состояний занимающихся, конфликтов в разных системам взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией. «Универсальные» психологические приемы в деятельности тренера: постановка задачи/цели, сочетание критериев оценки (сравнительного, нормативного и личностного), постепенность повышения требований в сочетании с эмоциональной поддержкой, справедливые групповые нормы, психотехнические игры и упражнения (при работе с учащимися и спортсменами).	базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; -проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - *использовать* комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине,

			жизненной емкости легких, *методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.)*; предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические

			приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; Опыт/Владение: -применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; -анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач.

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция №1. Предмет психологии ФКиС. Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта. История развития психологии спорта в России и за рубежом. Психология спорта в системе наук. Основные проблемы в ПФК. Задачи дисциплины. Экстремальность – фундаментальная психологическая особенность спортивной деятельности.	2
1	Лекция №2. Психологическая характеристика физического воспитания, спорта (массового, спорта высших достижений и профессионального спорта), двигательной рекреации. Психологическая структура деятельности (по А.Н. Леонтьеву). Общее и особенное в психологической характеристике видов физической культуры.	2
1	Лекция №3. ФК и ее роль в развитии человека как индивида, субъекта личности и индивидуальности. Макрохарактеристики человека по Б.Г.Ананьеву. Влияние занятий разными видами физической культуры на их развитие.	2
2	Лекция №4. Основные понятия возрастной психологии. Возраст в узком и широком смысле. Онтогенез, жизненный путь.	2

	Закономерности и факторы психического развития. Некоторые психологические концепции развития.	
2	Лекция №5, 6. Возрастные психологические особенности занимающихся и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом. Проблема возрастной периодизации. Характеристика возрастных этапов: кризис, задачи развития, социальная ситуация развития, психические новообразования. Психологические портреты» детей раннего, дошкольного, школьного возраста, взрослого и пожилого человека. Основные рекомендации по учету их особенностей в процессе взаимодействия на занятиях физической культурой, спортом, разными видами двигателной рекреацией.	4
2	Лекция №7. Социально-психологические аспекты физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Понятие о группах. Классификация малых групп. Теории и концепции. Проблема малых групп в социальной психологии. Психологическая характеристика больших и малых групп. Динамические процессы в малых группах: конформность, совместимость и сплоченность, лидерство. Особенность психики и поведения в группе. Ощущения, восприятие, мышление и другие процессы в группе. Спортивные группы и коллективы в спорте.	2
3	Лекция №8. Стресс и тревога в спорте. Общее представление о стрессе. Структура и динамика стрессовых состояний. Психодиагностика стресса. Источники стресса. Методы управления эмоциональными состояниями. Coping-поведение.	2
3	Лекция №9, 10 Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Типичные психологические трудности занимающихся в рамках физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Психологическое обеспечение и психологическое сопровождение. Концепции психологического обеспечения/сопровождения спортивной деятельности (Г.Д. Горбунов, Н.Б. Стамбулова). Детерминанты спортивного успеха: мотивация, спортивно-важные психические (профессионально-важные) качества спортсмена.	4

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	Занятие №1. Методы психологии физической культуры и спорта. Общепсихологические методы. Основные группы методов исследования по Б.Г. Ананьеву. Требования к ТК4 ««Пакет» / «батарея» психодиагностических методик» (к занятию 10)	2
2	Занятие №2. Закономерности и факторы психического развития. Повторение материала.	2

	Выполнение ТК1 по данной теме	
2	Занятие №3 Возрастные психологические особенности детей раннего, дошкольного и школьного возрастов. Работа по подгруппам. Составление «психологического» портрета в заданной ситуации и рекомендаций воспитателю (тренеру, учителю физической культуры, инструктору).	2
2	Занятие №4. Возрастные психологические особенности взрослого и пожилого человека. Работа по подгруппам. Составление «психологического» портрета в заданной ситуации и рекомендаций (тренеру, инструктору) ТК2: задание «Возрастные психологические особенности человека»	2
2	Занятие №5. Психологические основы общения Перцептивная, коммуникативня и интерактивная стороны общения. Приемы эффективного общения.	2
2	Занятие №6 Анализ конфликтных ситуаций 1. История возникновения СПТ. 2. Элементы психологического тренинга. 3. Навыки участия в ролевой игре. Коммуникативные ошибки 4. Ролевые игры: «Тренер-спортсмен», «Родители-спортсмены» и др.	2
2	Занятие №7. Презентация или Беседа (на основе Н.Б. Стамбуловой. Деловые игры по возрастной психопедагогике. – СПб., 1998) Представление студентами ТК 3 Задание 1 «Презентация» Студентам предлагается провести «знакомство с классом»; «набор в спортивную секцию»; «предложение услуг индивидуального тренера» и пр., т.е. представить себя и решить поставленную задачу. Студентам нужно продумать текст своего выступления на 3-5 минут и продемонстрировать его в смоделированной ситуации взаимодействия. Задание 2 «Беседа». Студентам нужно продумать план беседы со старшеклассниками (подростками; только с девочками, только с мальчиками), игнорирующими уроки физической культуры и провести ее в заданной ситуации. Задача-минимум – узнать причину непосещения уроков по ФК. Задача-максимум -– убедить пересмотреть свое поведение (роль «учеников» выполняют др.участники группы, стараясь соответствовать заданной возрастной категории).	2
3	Занятие №8. Типичные проблемы занимающихся разными видами физической культуры (на уроках физического воспитания, на занятиях спортом, двигательной рекреацией) Обсуждение типичных трудностей занимающихся на основе своего опыта и анализе литературы. Типичные трудности как ориентир для оказания психологического помощи.	2
3	Занятие №9. Основы психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом. Знакомство с некоторым психодиагностическим	2

	инструментарием. Психодиагностика с точки зрения базовых моделей «Замещение» и «Мобилизация»	
3	Занятие №10. Психологический аспект спортивной ориентации и отбора. ТК4: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик»	2
3	Занятие №11. Способы поведения в стрессе. 1. Теории стресса. 2. Техники работы со стрессом. 3. Анализ индивидуальных экстремальных переживаний. 4. Методики переживания по Экхарду, по Ф.Перлза. 5. Классификация техник работы со стрессом и тревогой.	2
3	Занятие №12. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития конфликтов в разных системам взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией. 1. Сущность и определение конфликта. 2. Классификация конфликтов 3. Стратегии и способы поведения в конфликте? 4. Оптимальная стратегия поведения в конфликте. 5. Навыки конфликтного поведения в ролевой игре.	2
3	Занятие №13 Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития неблагоприятных психических состояний занимающихся в разных системам взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией. Неблагоприятные психические состояния. Методы и техники их регуляции и саморегуляции	2
3	Занятие №14. Формирование уверенного поведения у спортсмена. 1. Сущность феномена уверенности. 2.Методы психодиагностики уверенности. 4.Методы развития уверенности в себе. 3.Развитие умений и навыков уверенного поведения.	2
3	Занятие №15. Проблема мотивации занимающихся разными видами физической культурой Мотивация как пусковой механизм включения в деятельность и закрепления в ней. Рекомендации учителю физической культуры по формированию и поддержанию мотивации к урокам. Рекомендации тренеру по формированию и поддержанию мотивации спортсменов на разных этапах спортивной карьеры. Рекомендации по формированию и поддержанию. Требования к ТК5. Рубежный контроль (кафедральный) «	2
3	Занятие №16. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией. Анализ заданных ситуаций.	2
3	Занятие № 17. «Универсальные» психологические приемы в	2

	деятельности тренера. Знакомство с «Универсальными» психологическим приемами. ТК5: проведение психотехнических игр и упражнений	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1	Лекция №1. Предмет психологии ФКиС. Понятие о предмете психологии физической культуры и спорта. История развития психологии спорта в России и за рубежом. Психология спорта в системе наук. Основные проблемы в ПФК. Задачи дисциплины. Экстремальность – фундаментальная психологическая особенность спортивной деятельности. Психологическая характеристика физического воспитания, спорта (массового, спорта высших достижений и профессионального спорта), двигательной рекреации. Психологическая структура деятельности (по А.Н.Леонтьеву). Общее и особенное в психологической характеристике видов физической культуры.	2
2	Лекция №2. Возрастные психологические особенности занимающихся и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом. Социально-психологические аспекты физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Характеристика возрастных этапов: кризис, задачи развития, социальная ситуация развития, психические новообразования. Краткие «Психологические портреты» детей раннего, дошкольного, школьного возраста, взрослого и пожилого человека. Психологическая характеристика больших и малых групп. Динамические процессы в малых группах: конформность, совместимость и сплоченность, лидерство. Спортивные группы и коллективы в спорте.	2
3	Лекция №3. Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Типичные психологические трудности занимающихся в рамках физического воспитания, спорта и двигательной рекреации. Психологическое обеспечение и психологическое сопровождение. Концепции психологического обеспечения/сопровождения спортивной деятельности (Г.Д.Горбунов, Н.Б.Стамбулова). Стресс и тревога в спорте. Детерминанты спортивного успеха: мотивация, спортивно-важные психические (профессионально-важные) качества спортсмена.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	Занятие №1. Методы психологии физической культуры и спорта. Общепсихологические методы. Основные группы методов исследования по Б.Г. Ананьеву. Требования к контрольной работе:	2

	«Феномен негативных переживаний спортсмена», «Психологическая защита спортсмена», «Состояние уверенности в спорте», «Психологические проблемы в спорте», «Психология боли и травмы»	
2	Занятие №2 Возрастные психологические особенности людей и их учёт в процессе занятий. Работа по подгруппам. Составление «психологического» портрета в заданной ситуации и рекомендаций воспитателю (тренеру, учителю физической культуры, инструктору). ТК1: задание «Основные понятия возрастной психологии: закономерности и факторы психического развития и возрастные психологические особенности человека».	2
3	Занятие №3. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития конфликтов, неблагоприятных психических состояниях в разных системам взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией. 1. Сущность и определение конфликта. Классификация конфликтов 2. Стратегии и способы поведения в конфликте? 4. Оптимальная стратегия поведения в конфликте. 3. Классификация техник работы со стрессом и тревогой. 4. Навыки конфликтного поведения в ролевой игре. Неблагоприятные психические состояния. Методы и техники их регуляции и саморегуляции. Рубежный кафедральный контроль	2
3	Занятие №4. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией. Анализ заданных ситуаций. ТК2: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик» ТК3: «Психотехнические игры и упражнения»	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Ильина, Н.Л. Психология тренера : учебное пособие / Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 109 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948
2. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 96 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07625-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454683
3. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство

Юрайт, 2020. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450632
4. Психологическое сопровождение детско-юношеского спорта : учебное пособие для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11432-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455159
5. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 124 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453607
6. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453606

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Г.Д. Бабушкин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2012. – 328 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274516
2. Васильева, О.С. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы : учебное пособие для студентов вузов / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет", Факультет психологии. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2011. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241077
3. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453591
4. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Физическая культура" / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогунов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил.
5. Ловягина, А.Е. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / А.Е. Ловягина, Н.Л. Ильина, Д.Н. Волков; под ред. А. Е. Ловягиной. - Москва : Юрайт, 2019. - 531 с. : ил.
6. Серова, Л.К. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Л.К. Серова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 189 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Психология физической культуры и спорта : учебник / под ред. А. В. Родионова. - М. : Академия, 2010. - 365, [1] с.
8. Психология физической культуры : учебник для высших учебных заведений физической культуры, осуществляющих образовательную деятельность по

направлению 034300.62 - Физическая культура / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 623 с. : ил.
9. Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/450185

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №315** (2 этаж, нежилое помещение №4) – Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушеткая-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук HP 250 G5-1шт.
- **Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и**

промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение №20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Рабочая программа дисциплины (модуля)

ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 — Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению 49.03.01 Физическая культура профиль подготовки Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____ **Мосунова М.Д.**

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» 06 2019 г., протокол № 11

Зав. Кафедрой _____ **В.В. Пыж**

Рекомендована решением Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
Рыбакова О.Б., к.ф.н., доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 2 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: ***экзамен.***

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код и наименование компетенций**
Универсальные компетенции	
Межкультурное взаимодействие	УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
Общепрофессиональные компетенции	
Воспитание	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
УК-5	УК-5.1. Знает: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе;	Знает: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи

	- периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры УК-5.2. Умеет: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную	во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры Умеет: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять

	значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта УК-5.3. Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.	существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
ОПК-6	ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического	Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического

	процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и	процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания,

	двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; -	спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и

	использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.	спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54	54							
В том числе:									
Занятия лекционного типа	20	20							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	34	34							
Промежуточная аттестация (экзамен)	27	27							
Самостоятельная работа студента	27	27							
Общая часы	**108**	108							

трудоемкость	**зачетные единицы**	**3**	3							

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10			10						
В том числе:											
Занятия лекционного типа		6			6						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		4			4						
Промежуточная аттестация (экзамен)		9			9						
Самостоятельная работа студента		89			89						
В том числе:											
Выполнение контрольной работы					20						
Общая трудоемкость	**часы**	**108**			**108**						
	зачетные единицы	**3**									

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Всеобщая история физической культуры и спорта	История физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина Возникновение и первоначальное развитие физической активности в первобытном обществе Физическая культура и спорт в Древнем мире и в Средние века Физическая культура и спорт в Новое и Новейшее время	**Знает**: - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, **Умеет**: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта **Имеет опыт**: - анализа исторических источников, общественных процессов.
2.	История физической культуры и спорта России, СССР, Российской Федерации	История физической культуры и спорта в России с древнейших времен до XVIII века. История физической культуры и спорта в России с XVIII века до второй половины XIX века. Физическая культура и спорт в России со второй половины XIX века до начала XX века.	**Знает**: - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, **Умеет**: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - устанавливать причинно-

		История физической культуры и спорта в СССР с 1918 по 1991 гг. Отечественная история физ. культуры и спорта с 1991 г. по настоящее время	следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта **Имеет опыт**: - анализа исторических источников, общественных процессов.
3.	История Международного спортивного и Олимпийского движения	Возникновение и развитие Международного спортивного и Олимпийского движения Международное спортивное и Олимпийское движение в первой половине XX века Международное спортивное и Олимпийское движение во второй половине XX — начале XXI века	**Знает**: - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; **Умеет**: - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи;- устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта, - рассказывать в доступной и увлекательной форме о значении физической культуры и спорта, **Имеет опыт**: - анализа исторических источников, общественных процессов, - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция №1. Введение в предмет. Зарождение физической культуры История физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина. Основные дефиниции дисциплины: история, физическая культура и спорт. Связь с другими дисциплинами учебного плана. Источники и методы изучения физической культуры и спорта. Периодизация. Структура учебного курса. Специфика физической культуры и спорта. Функции физической культуры: общекультурные и специфические. Прикладной характер физической культуры. Основные характеристики спорта: зрелищность и состязательность. Связь физической культуры и спорта с другими сферами культурной деятельности человека.	2

	Основные теории происхождения физической культуры. Физическое воспитание в первобытном обществе. Особенности физической культуры первобытного общества.	
2.	Лекция 2. Физическая культура в Древнем мире. Физическая культура в Средние века. Исторические условия становления и развития физической культуры в рабовладельческом обществе, отличия ее от первобытной физической культуры. Физическая культура в странах Древнего Востока. Физическая культура в Древней Греции. Спартанская и афинская системы физического воспитания. Гимнастика и агонистика, их содержание и направленность. Античные Олимпийские игры, их возникновение, содержание, развитие, причины упадка, историческое значение. Физическая культура в Древнем Риме в царский и республиканский периоды. Физическая подготовка в римской армии. Физическая культура в императорский период. Физические упражнения в цирковых зрелищах, состязания и игры, гладиаторские бои, их общественное значение. Взгляды древнегреческих и древнеримских философов, педагогов, врачей на физическое воспитание. Физическая культура в Средние Века. Основные отличия феодального типа физической культуры от рабовладельческого. Военно-физическая подготовка феодалов. Появление рыцарской системы воспитания в государствах Западной Европы. Организация и содержание подготовки рыцарей. Рыцарские турниры, их направленность, порядок организации и проведения. Физическая культура крестьян и горожан. Отношение церкви к народной физической культуре.	2
	Лекция 3. Физическая культура эпохи Возрождения. Физическая культура в Новое время. Общая характеристика и основные принципы культуры эпохи Возрождения. Прогрессивная роль идей о физическом воспитании гуманистов Витторино да Фильтре, Мишеля Монтеня, Франсуа Рабле, Иеронима Меркуриалиса, Томаса Мора, Томазо Компанелло, Яна Амоса Коменского и других. Возвращение к олимпийским традициям. Общая характеристика и периодизация Нового времени. Исторические условия и особенности развития физической культуры и спорта в буржуазном обществе. Развитие теоретических основ физического воспитания в первый период Нового времени. Взгляды на физическое воспитание Джона Локка, Жан-Жака Руссо, Иоганна Г. Песталоцци. Исторические условия и особенности развития физической культуры во второй период нового времени модернизация старых и создание новых систем физического воспитания. Возникновение национальных систем физического воспитания. История создания и содержание немецкой, французской и шведской систем гимнастики. Сокольское движение и сокольская гимнастика. Система гимнастики Джорджа Демени. Появление систем женской и индивидуальной гимнастики. «Естественный метод» Жоржа Эбера, «Основная гимнастика» Нильса Бука. Деятельность христианского союза молодежи в области физического воспитания. Появление внешкольных спортивных организаций, скаутизм. Формирование соревновательного спорта. Появление предпринимательских фабрично-заводских спортивных клубов. Создание региональных спортивных клубов. Создание Национальных спортивных федераций и союзов по видам спорта, их деятельность. Развитие профессионального спорта.	2

	Лекция 4 . Физическая культура в Новейшее время. Общая характеристика и периодизация Новейшей истории. Физическая культура в период между первой и второй мировыми войнами. Рост и активизация деятельности рабочих спортивных организаций. Влияние итогов первой мировой войны на перестройку спортивно-гимнастического движения в капиталистических странах. Усиление государственного контроля за деятельностью спортивных организаций. Пересмотр форм и методов физического воспитания учащейся молодежи. Развитие рекреационных видов физической культуры. Милитаризация физического воспитания и спорта в Германии, Италии и Японии перед второй мировой войной. Участие спортсменов в отрядах сопротивления и борьбе против фашизма в годы второй мировой войны. Физическая культура в зарубежных странах после второй мировой войны. Влияние исторической обстановки первых послевоенных лет на определение путей развития физической культуры в различных группах стран. Общие закономерности и особенности развития физической культуры и спорта в капиталистических, развивающихся и бывших социалистических странах. Тенденции развития физической культуры и спорта в отдельных странах мира в конце XX - начале XXI веков.	2
	Лекция 5. История физической культуры и спорта в России с древнейших времен до XVIII века. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в условиях первобытного общества. Физическая культура в эпоху первых политических образований. Физическое воспитание у скифов, сарматов, древних славян, в рабовладельческих формациях Закавказья, Средней Азии и Северного Причерноморья. Физическая культура в Киевском государстве и русских княжествах в период феодальной раздробленности. Традиционные физические упражнения, игры и забавы в самобытном воспитании народа. Физическое воспитание феодалов. Древнеславянские летописи, сказания и былины о распространенных на Руси физических упражнениях и играх. «Поучение» Владимира Мономаха о военном и физическом воспитании княжеских детей. Отношение церкви и государства к народной физической культуре. Содержание и организация физического воспитания феодалов. Военно-физическая подготовка русского войска. Первые попытки теоретического обоснования физического воспитания, физического развития и укрепления здоровья. «Гражданство обычаев детских» Епифания Славинецого. Физическая культура в период образования Российской империи. Значение военной, образовательной и церковной реформ Петра I для развития физической культуры. Отражение вопросов физического воспитания в общественной мысли петровских времен. Идеи просветительства и прогрессивной педагогики в области физического воспитания в трудах М. В. Ломоносова, А. П. Протасова, И. И.Бецкого, Н. И. Новикова, А. Н. Радищева.	2
	Лекция 6. История физической культуры и спорта в России с XVIII до начала XX века. Создание основ русской национальной системы военно-физической подготовки в армии (А. В. Суворов) и флоте (Ф. Ф. Ушаков). Физическое воспитание в учебных заведениях. Военно-физическая подготовка войск. Физическое воспитание в среде дворянства и в народном быту. Создание частных школ и других коммерческих заведений по гимнастике, фехтованию, плаванию, стрельбе, верховой езде. Открытие Императорского Санкт-Петербургского яхт-клуба. Влияние буржуазных реформ второй половины XIX века на развитие теории и практики физической культуры. Вопросы физического	2

	воспитания в трудах русских философов, педагогов, врачей и других ученых .Физическое воспитание детей и подростков в педагогических произведениях Е. А. Покровского и Е. М. Дементьева. Преобразования в организации и содержании физической подготовки в армии и на флоте, вызванные военной реформой. Вклад М. И. Драгомирова, А. Д. Бутовского, П. Ф. Лесгафта в разработку теоретических положений физической подготовки войск и применение их на практике. Жизнь, педагогическая и общественная деятельность П. Ф. Лесгафта, его роль в создании научно-обоснованной системы физического воспитания.	
	Лекция 7. История Национального Государственного университета имени П.Ф.Лесгафта.	2
	Лекция 8. Отечественная история физической культуры и спорта с начала XX века по настоящее время. Создание спортивных кружков и клубов, развитие отдельных видов спорта, достижения российских спортсменов. Вступление России в международное олимпийское движение. Проведение Российских Олимпиад. Зарождение рабочего спортивного движения. Становление социалистического типа физической культуры. Его отличительные особенности. Ошибки и трудности в поиске новых методов физкультурной и спортивной работы. Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Создание в 1930 г. Всесоюзного Совета физической культуры при ЦИК СССР. Введение комплекса «Готов к труду и обороне» и Единой всесоюзной спортивной классификации. Физическая культура и спорт накануне и в годы Великой Отечественной войны. Образование Национального Олимпийского Комитета СССР и вступление советского спорта в международное олимпийское движение. Дебют советских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх. Спартакиады народов СССР, их значение для развития физкультурного движения. Совершенствование форм организации и методов проведения производственной гимнастики. Развитие массового самодеятельного туризма. Меры по улучшению системы физического воспитания учащейся молодежи и развитию детско-юношеского спорта. Утверждение Комплексной программы физического воспитания учащихся. Введение усовершенствованного комплекса «Готов к труду и обороне СССР». Дальнейшее развитие и углубление научных исследований в различных областях физической культуры и спорта. Первые шаги по внедрению рыночных отношений в спорте и его профессионализации. Разработка концепции и программы физического воспитания населения. Физическая культура и спорт в России после распада СССР. Отражение трудностей переходного постсоветского периода на развитие физической культуры и спорта. Формирование федеральных структур управления физкультурным движением. Состояние физкультурной работы с учащейся молодежью и взрослым населением. Условия развития спорта. Образование Олимпийского Комитета Российской Федерации. Анализ участия российских спортсменов в летних и зимних Олимпийских Играх и других международных соревнованиях.	2
	Лекция 9. Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения до второй мировой войны. Исторические предпосылки становления и развития современного спорта и установления международных спортивных связей. Образование первых международных спортивных объединений в конце XIX - начале XX вв. Возникновение различных форм международного спортивного сотрудничества: по политическим, религиозным, национальным и иным признакам.	2

	Международный конгресс рабочих-спортсменов в Генуе, образование первого международного рабочего спортивного союза. Реализация идеи возрождения Олимпийских Игр. Первый (учредительный) олимпийский конгресс в 1894 г. Образование Международного Олимпийского комитета. Прогрессивная роль Пьера де Кубертена в возрождении и развитии олимпийского движения в мире и формирование идеалов олимпизма. Начало проведения Олимпийских игр. Особенности организации и проведения Олимпийских Игр до первой мировой войны. Влияние Олимпийских Игр на развитие международного спорта и рост спортивных результатов. Историческая обстановка межвоенного периода и ее влияние на развитие международного спортивного движения. Олимпийское движение в период между первой и второй мировыми войнами. Провозглашение лозунгов пацифизма и решение МОК о неприглашении спортсменов отдельных стран на Олимпийские Игры. Появление первых традиций в процедуре проведения Игр. Хроника летних и зимних Игр межвоенного периода. Спортивно-технические достижения спортсменов, имена олимпийских чемпионов. Решение МОК о проведении Игр XI Олимпиады в столице фашистской Германии. Стремление организаторов Берлинской Олимпиады использовать Игры в политических целях. Спад в международном олимпийском движении, вызванный второй мировой войной.	
	Лекция 10. Международное спортивное и олимпийское движение в период после второй мировой войны до настоящего времени Историческая обстановка послевоенных лет, ее влияние на международную спортивную жизнь. Изменение соотношения сил в международном спортивном движении, борьба за его демократизацию. Усиление межгосударственных спортивных связей и их роль в развитии спорта. Появление новых видов спорта, создание новых международных спортивных объединений и региональных движений. Современные тенденции развития и проблемы олимпийского спорта: расширение программы Игр, увеличение числа стран- участниц, возрастание престижности игр, их коммерциализация, сближение любительского и профессионального спорта, борьба с расовой и политической дискриминацией, применением допингов, рост влияния телевидения и прочих средств массовой информации, использование достижений современной науки для роста спортивных показателей и др. Развитие международного рабочего спортивного движения. Создание Международного рабочего спортивного комитета. Образование Международной федерации университетского спорта. Летние и зимние Универсиады. Паралимпийские Игры. Игры Доброй Воли, региональные спортивные игры и другие крупные международные соревнования.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1	Семинар №1. История физической культуры как учебный предмет. Физическая культура в первобытном обществе. Причины возникновения физической культуры. Взгляды ученых на происхождение физической культуры. Общая характеристика, периодизация и особенности физической культуры каждого из периодов первобытного общества.	2
	Семинар №2. Анализ систем физического воспитания Античного мира. Особенности Спартанской системы физического воспитания. Особенности Афинской системы физического воспитания.	2

	Особенности развития физической культуры в Древнем Риме..	
	Семинар 3. Физическая культура в государствах Древнего Востока Физическая культура в древнем Китае Физическая культура в древней Индии Физическая культура в Месопотамии Физическая культура в древнем Египте Физическая культура народов доколумбовой Америки	2
	Семинар № 4. Физическая культура в Средние века Рыцарская система воспитания в государствах Западной Европы. Рыцарские турниры, их направленность, порядок организации и проведения. Физическая культура крестьян и горожан. Отношение церкви к народной физической культуре.	2
	Семинар №5. Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения Взгляды на физическое воспитание Мишеля Монтеня, Франсуа Рабле, Томаса Мора, Томазо Компанелло, Яна Амоса Коменского. Сравнительный анализ особенностей.	2
	Семинар №6. Становление и развитие национальных гимнастических систем в Новое время. Сравнительный анализ гимнастических систем первого и второго периода Нового Времени. 1. Первый период Нового Времени: а). Немецкая система физического воспитания б).шведская система физического воспитания в).французская система физического воспитания 2. Второй период Нового Времени: а). сокольская гимнастика б).гимнастика Жоржа Демени в).естественный метод Эбера г). основная гимнастика Нильса Бука.	2
	Семинар №7. Развитие физической культуры и спорта в Новейшее время Сравнительный анализ деятельности международных рабочих спортивных организаций (Люцернский спортивный интернационал(ЛСИ) и Красный спортивный интернационал (КСИ)), причины и сущность различий между ними, крупнейшие международные соревнования, проводимые данными организациями для рабочих-спортсменов.	2
2	Семинар №8. Развитие ФК в России с древнейших времен до XVIII века. Физические упражнения и игры у народов нашей страны с древнейших времен до образования Киевской Руси. Физическое воспитание господствующего класса народных масс в Киевском государстве и русских княжествах в период феодальной раздробленности. Формирование национальной физической культуры в Русском централизованном государстве.	2
	Семинар №9. Влияние реформ Петра 1 на развитие физической культуры в XVIII веке Военная, образовательная и церковная реформа, изменившие отношение к физической культуре на государственном уровне. Взгляды прогрессивных деятелей России XVIII века на физическое воспитание (Петр I, Татищев В.Н., Прокопович Ф., Салтыков Ф.С., Ломоносов М.В., Бецкой И.И., Новиков Н.И., Радищев А.Н.)	2
	Семинар №10. Физическая культура и спорт в XIX веке Создание основ русской национальной системы военно-физической подготовки в армии (А. В. Суворов) и флоте (Ф. Ф. Ушаков).	2

	Физическое воспитание в учебных заведениях. Военно-физическая подготовка войск. Физическое воспитание в среде дворянства и в народном быту. Создание частных школ и других коммерческих заведений по гимнастике, фехтованию, плаванию, стрельбе, верховой езде.	
	Семинар №11. Развитие идейно-теоретических и научных основ системы физического воспитания и спорта в XIX веке Вопросы физического воспитания в педагогической литературе (Ушинский К.Д.,Толстой Л.Н.,Покровский Е.А.,Дементьев Е.М.); Вопросы физического воспитания в философии и публицистической литературе (Герцен А.И.,Писарев Д.И., Белинский Б.Г.); Вопросы физического воспитания в области теории и практики (Чернышевский Н.Г.,Добролюбов Н.А.,Бутовский А.Ф.,Гориневский В.В.,Игнатьев В.Е.);. Вопросы физического воспитания в области медицинской науки (Сеченов И.М., Пирогов Н.И., ПавловИ.П.). Лесгафт П.Ф. и его научно-обоснованная система физического образования.	2
	Семинар №12. Развитие спорта в России в начале XX века Рубежный контроль 1. Первые соревнования, имена победителей, первенства России по отдельным видам спорта. Международные встречи. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх, российские олимпиады. Общее состояние физкультурно-спортивного движения накануне и в годы первой мировой войны.	2
	Семинар №13. Физическая культура и спорт в СССР с 1917 до 1945 года Становление социалистического типа физической культуры. Его отличительные особенности. Ошибки и трудности в поиске новых методов физкультурной и спортивной работы. Всесоюзная Спартакиада 1928 г. Создание в 1930 г. Всесоюзного Совета физической культуры при ЦИК СССР. Введение комплекса «Готов к труду и обороне» и Единой всесоюзной спортивной классификации. Физическая культура и спорт накануне и в годы Великой Отечественной войны.	2
	Семинар №14. ФК и спорт в России с 1945 года по 1991 год. Вступление СССР в международное спортивное и олимпийское движение, итоги дебюта советских спортсменов на Олимпийских играх. Игры XXII Олимпиады в Москве. Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа среди населения. Негативные явления в физкультурном движении в годы застоя и кризиса, меры по их устранению в годы перестройки.	2
	Семинар №15. ФК и спорт в России в постсоветский период Трудности перед физкультурным движением России в постсоветский период. Развитие спорта после распада СССР. Результаты российских спортсменов в Олимпийских играх.	2
3	Семинар №16. Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения. Возникновение международного спортивного и олимпийского движения. Развитие международного спортивного и олимпийского движения	2

	до первой мировой войны. Олимпийские игры от Афин до Стокгольма. Развитие международного спортивного движения в межвоенные годы.	
	Семинар №17. Международное спортивное и олимпийское движение после второй мировой войны. Появление новых видов спорта, создание новых международных спортивных объединений и региональных движений. Современные тенденции развития и проблемы олимпийского спорта	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	*Содержание лекций*	*Кол-во часов*
1.	Лекция №1. Введение в предмет. Зарождение физической культуры История физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина. Основные дефиниции дисциплины: история, физическая культура и спорт. Связь с другими дисциплинами учебного плана. Источники и методы изучения физической культуры и спорта. Периодизация. Структура учебного курса. Специфика физической культуры и спорта. Функции физической культуры: общекультурные и специфические. Прикладной характер физической культуры. Основные характеристики спорта: зрелищность и состязательность. Связь физической культуры и спорта с другими сферами культурной деятельности человека. Основные теории происхождения физической культуры. Физическое воспитание в первобытном обществе. Особенности физической культуры первобытного общества.	2
2.	Лекция 2. История физической культуры и спорта в России с древнейших времен до XVIII века. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры в условиях первобытного общества. Физическая культура в эпоху первых политических образований. Физическое воспитание у скифов, сарматов, древних славян, в рабовладельческих формациях Закавказья, Средней Азии и Северного Причерноморья. Физическая культура в Киевском государстве и русских княжествах в период феодальной раздробленности. Традиционные физические упражнения, игры и забавы в самобытном воспитании народа. Физическое воспитание феодалов. Древнеславянские летописи, сказания и былины о распространенных на Руси физических упражнениях и играх. «Поучение» Владимира Мономаха о военном и физическом воспитании княжеских детей. Отношение церкви и государства к народной физической культуре. Содержание и организация физического воспитания феодалов. Военно-физическая подготовка русского войска. Первые попытки теоретического обоснования физического воспитания, физического развития и укрепления здоровья. «Гражданство обычаев детских» Епифания Славинецого. Физическая культура в период образования Российской империи. Значение военной, образовательной и церковной реформ Петра I для развития физической культуры. Отражение вопросов физического воспитания в общественной мысли петровских времен. Идеи просветительства и прогрессивной педагогики в области физического воспитания в трудах М. В. Ломоносова, А. П. Протасова, И. И.Бецкого, Н. И. Новикова, А. Н. Радищева.	2
3	Лекция 3. Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения до второй мировой войны.	2

	Исторические предпосылки становления и развития современного спорта и установления международных спортивных связей. Образование первых международных спортивных объединений в конце XIX - начале XX вв. Возникновение различных форм международного спортивного сотрудничества: по политическим, религиозным, национальным и иным признакам. Международный конгресс рабочих-спортсменов в Генуе, образование первого международного рабочего спортивного союза. Реализация идеи возрождения Олимпийских Игр. Первый (учредительный) олимпийский конгресс в 1894 г. Образование Международного Олимпийского комитета. Прогрессивная роль Пьера де Кубертена в возрождении и развитии олимпийского движения в мире и формирование идеалов олимпизма. Начало проведения Олимпийских игр. Особенности организации и проведения Олимпийских Игр до первой мировой войны. Влияние Олимпийских Игр на развитие международного спорта и рост спортивных результатов. Историческая обстановка межвоенного периода и ее влияние на развитие международного спортивного движения. Олимпийское движение в период между первой и второй мировыми войнами. Провозглашение лозунгов пацифизма и решение МОК о неприглашении спортсменов отдельных стран на Олимпийские Игры. Появление первых традиций в процедуре проведения Игр. Хроника летних и зимних Игр межвоенного периода. Спортивно-технические достижения спортсменов, имена олимпийских чемпионов. Решение МОК о проведении Игр XI Олимпиады в столице фашистской Германии. Стремление организаторов Берлинской Олимпиады использовать Игры в политических целях. Спад в международном олимпийском движении, вызванный второй мировой войной.	

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	*Содержание занятий семинарского типа*	*Кол-во часов*
1.	Семинар №1. Становление и развитие национальных гимнастических систем в Новое время. Сравнительный анализ гимнастических систем первого и второго периода Нового Времени. 1. Первый период Нового Времени: а). Немецкая система физического воспитания б).шведская система физического воспитания в).французская система физического воспитания 2. Второй период Нового Времени: а). сокольская гимнастика б).гимнастика Жоржа Демени в).естественный метод Эбера *г*). основная гимнастика Нильса Бука.	2
2.	Семинар №2. Возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения. Возникновение международного спортивного и олимпийского движения. Развитие международного спортивного и олимпийского движения до первой мировой войны. Олимпийские игры от Афин до Стокгольма. Развитие международного спортивного движения в межвоенные годы.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. - 2-е изд. - Москва : Спорт, 2017. - 432 с. - ISBN 978-5-906839-97-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475389
2. Пельменев, В.К. История физической культуры : учебное пособие для вузов / В.К. Пельменев, Е.В. Конеева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 182, [2] с.
3. Олимпийское образование в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 793 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07450-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/457470
4. Олимпийское образование в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 493 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09298-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455928
5. Олимпийское образование в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для вузов / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11112-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/456652
6. Сираковская, Я.В. Основы теории и методики физической культуры [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов физической культуры, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная ФК)», 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» / Я.В. Сираковская, Ф.А. Киселёв. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 298 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454169
2. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / Б.Р. Голощапов. - 6-е стер. - Москва : Академия, 2009. - 308, [1] с. : ил.
3. Григоревич, В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта : учеб. пособие / В.В. Григоревич. - М. : Сов. спорт, 2008. - 286 с. : ил.
4. Доскараев, Б.М. История физической культуры в Казахстане [Текст] : [учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений] / Б.М. Доскараев; Министерство образования и науки Республики Казахстан ; Национальный научно-практический центр физической культуры. - Алматы : [б. и.], 2009. - 293 с. : ил.
5. Доскараев, Б.М. Физическая культура и спорт в суверенном Казахстане [Текст] : [учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений] / Б.М. Доскараев; Министерство образования и науки Республики Казахстан ; Национальный научно-практический центр физической культуры. - Алматы : [б. и.], 2009. - 286 с. : ил.

6. История физической культуры [Текст] : учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению подготовки "Физическая культура" / С.Н. Комаров [и др.]; под ред. С. Н. Комарова. - Москва : Академия, 2013. - 238, [1] с. : ил.
7. Олимпийское образование: история и развитие Международного олимпийского движения : учебное пособие / авт.-сост. О.В. Горбатых ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - 2-е изд., доп. - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 124 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457483
8. Осипов, С.В. Футбол: история, теория и методика обучения : учебное пособие / С.В. Осипов, Е.В. Мудриевская ; Минобрнауки России, Омский государственный технический университет. - Омск : Издательство ОмГТУ, 2017. - 90 с. : ил. - Библиогр.: с. 84-85. - ISBN 978-5-8149-2520-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493422
9. Починкин, А.В. История физической культуры и спорта в вопросах и ответах с кратким комментарием [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Починкин. - Малаховка : [б. и.], 2010. – 151 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»,

необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/электронную информационно-образовательную среду Университета.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1ш.

- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №321** (2 этаж, нежилое помещение №12) – Учебный стол-14шт, скамья-14шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X138WH-1шт., Экран DINON Manual 220x220 MW настенный, Ноутбук Acer-1, наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C191010074512140155 1, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа по дисциплины (модуля)

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль):
Физкультурно-оздоровительная деятельность

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
49.03.01 Физическая культура
профиль подготовки
Физкультурно-оздоровительная деятельность
_____Мосунова М.Д.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«19» июня 2019 г., протокол №9

Зав. кафедрой _____Ю.Ф.Курамшин

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«20» июня 2019 г., протокол № 14

Автор-разработчик:
доцент кафедры теории и методики физической культуры, к.п.н. А.В. Сухляева
доцент кафедры теории и методики физической культуры, к.п.н. Титорова О.Н.

Санкт-Петербург 2019

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 3 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: – экзамен.

2.ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	**Код наименования компетенций**
Планирование	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Спортивный отбор	ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий
Контроль и анализ	ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
Научное исследование	ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Код компетенции	**Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Планируемые результаты обучения**
ОПК - 1	**ОПК-1.1 Знает**: - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального	**Знает**: - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального

	образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;	образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;
	ОПК-1.2 Умеет: - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;	**Умеет:** - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;
	ОПК-1.3 Имеет опыт: - планирования занятий по	**Имеет опыт:** - планирования занятий по гимнастике, легкой

	гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.	атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-2	ОПК-2.1 **Знает:** - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; -	**Знает:** - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации»», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной

	механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС.	и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС.
	ОПК-2.2 **Умеет:** - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС.	**Умеет:** - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС.
	ОПК-2.3 **Имеет опыт:** - проведения антропометрических измерений для	**Имеет опыт:** - проведения антропометрических измерений для

	оценки физического развития; - проведения оценки функционального состояния человека; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; -применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.	оценки физического развития; - проведения оценки функционального состояния человека; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; -применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ОПК-9	ОПК-9.1 **Знает:** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом,	**Знает:** - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического

	включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.	сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.
	ОПК-9.2 **Умеет:** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей	**Умеет:** - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после

	нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине,	предшествующей нагрузки; − оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса

	жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.	Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС.
	ОПК-9.3 **Имеет опыт**: -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.	. **Имеет опыт:** -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.

ОПК-11	ОПК-11.1 **Знает:** - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах;	**Знает:** - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах;

	- правила библиографического описания и библиографической ссылки.	- правила библиографического описания и библиографической ссылки.
	ОПК-11.2 **Умеет:** - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических	**Умеет:** - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики

	процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.	психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.
	ОПК-11.3 **Имеет опыт:** - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов	**Имеет опыт:** - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной

	физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.	деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
ОПК-14	ОПК-14.1 **Знает:** - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.	**Знает:** - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.
	ОПК-14.2 **Умеет:** - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; -	**Умеет:** - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; -

	определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.	определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.
	ОПК-14.3 **Имеет опыт:** - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.	**Имеет опыт:** - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		III	IV
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108	54	54
В том числе:			
Занятия лекционного типа	40	20	20
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	68*	34	34
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	54	27	27
Самостоятельная работа (всего)	54	27	27
Курсовая работа		36	
Общая трудоемкость часы	216	108	108

	зачетные единицы	6	3	3

*в том числе интерактивные часы – 48.

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	Семестры
			V	VI
Контактная работа преподавателей с обучающимися		28	14	14
В том числе:				
Занятия лекционного типа		12	6	6
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		16	8	8
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)		18	9	9
Самостоятельная работа (всего)		170	85	85
Курсовая работа				36
Выполнение контрольной работы			20	20
Общая трудоемкость	часы	216	108	108
	зачетные единицы	6	3	3

*в том числе интерактивные часы – 48.

4.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Очная форма обучения

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекции	Кол-во часов
1	№ 1. Введение в теорию физической культуры. Основные понятия теории физической культуры: «физическая культура», «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическое воспитание», «спорт», «физическое развитие», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическая подготовленность», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий «культура – физическая культура». Теория физической культуры как наука и учебная дисциплина. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение. Предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и методика физической культуры», её интегрирующая роль и место в системе высшего профессионального образования. Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры. Значение теории физической культуры для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры.	2
	№ 2. Методология, структура и содержание научного исследования в области физической культуры Методология исследований в области физической культуры и уровни ее реализации: философский, общенаучный, конкретно-научный и технологический уровень.	2

	Объект, предмет и задачи научного исследования в области физической культуры. Классификация научных исследований: теоретические, экспериментальные, фундаментальные и прикладные (поисково-прикладные, научно-исследовательская работа, опытно-педагогические разработки). Методы исследования в области физической культуры (общенаучные, теоретические, эмпирические), требования к их выбору. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемые в теории физической культуры: системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др. Структура и логика научного исследования в области физической культуры.	
	№ 3. Общая характеристика физической культуры как социальной системы. Физическая культура как вид культуры личности и общества. Социальная сущность физической культуры, механизмы ее возникновения и развития. Значение, взаимосвязи, потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность. Докультурные и культурные причины физического развития. Естественные и социальные потребности в движениях и двигательной деятельности и их роль во всестороннем физическом развитии людей различного возраста. Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры. Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Основы и определяющие черты отечественной системы физической культуры. Концептуальные основы системы физической культуры. Системообразующий фактор, факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Цель функционирования системы физической культуры. Формирование физической культуры личности как основная цель функционирования системы физической культуры, ее обусловленность общественными потребностями и уровнем индивидуального культурного развития человека. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры личности, его структурные компоненты. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности. Задачи функционирования системы физической культуры. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением его физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий физическими упражнениями. Конкретизация основных задач применительно к содержанию и специфике физкультурной деятельности, индивидуальным особенностям, возрастным закономерностям обучаемых и другим условиям Общие принципы формирования физической культуры личности: непрерывности развития; целостного развития; деятельностного подхода; вариативности и многообразия; оптимизации. Структура физической культуры и методология ее определения. Виды и разновидности физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека. Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.	2
2	№ 4. Средства формирования физической культуры личности Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области	2

	физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение. Примеры наиболее распространенных классификаций в теории и практике физкультурно-спортивной деятельности. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стиль и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий. Оздоровительные факторы природы и гигиенические условия как средства воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Значение естественных факторов внешней среды (солнечная радиация, воздушная и водная среда, средне и высокогорье) для закаливания и оздоровления человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов. Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе.	
	№ 5. Методы формирования ФК личности. Характеристика понятий “метод”, “методический прием”, ”методика”, “методическое направление”, “методический подход”. Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий.	2
	№ 6. Методические принципы занятий физическими упражнениями. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических	2

	основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований. Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений. Основные факторы, обусловливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.).	
3	№ 7. Основные закономерности процесса обучения двигательным действиям. Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.	2
	№ 8. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы	2

	предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков. Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий. Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.	
4	№ 9. Основные закономерности развития физических способностей. Общая характеристика физических способностей, как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических качеств.	2
	№ 10. Роль и место физической культуры в формировании личностных качест. Единство физической и психической активности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности - объективная основа воспитания свойств личности. Роль и место физической культуры в формировании различных сфер личности: мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой и др. Основные и воспитательные аспекты в деятельности преподавателя физической культуры при развитии личностных качеств. Характеристики связей (прямые и обратные, положительные и отрицательные, непосредственные и опосредованные) между различными компонентами воспитания и сторонами развития личности в общей системе воспитания. Активность и самостоятельность занимающихся как фактор формирования личности. Значение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов, интересов, установок, ценностных ориентаций, мировоззрений на повышение активности и самостоятельности обучаемых на занятиях по физической культуре. Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Воспитывающая роль коллектива. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Самовоспитание. Задачи и содержание умственного воспитания. Средства и методы воспитания интеллектуальных способностей в сфере физической культуры. Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями. Личность преподавателя - важный фактор воспитания занимающихся физическими упражнениями. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя.	2
5	№ 11. Общая характеристика форм построения занятий физическими упражнениями Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями. Понятия «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия»,	2

	особенности (признаки) урочных и неурочных занятий. Классификация уроков (типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся. Содержание урока физического воспитания: состав физических упражнений (предметное содержание), деятельность педагога, деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся (изменения в состоянии организма, в знаниях, умениях, навыках, качествах, поведении). Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса. Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная). Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока.	
	№ 12. Планирование и контроль в физической культуре. Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.). Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов. Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля.	2

	Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий. Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля. Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность. Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета. Повышения квалификации руководителей занятий. Цель и задачи повышения квалификации руководителей занятий. Формы повышения квалификации руководителей занятий: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Виды обеспечения: финансовое, материальное, методическое (учебно-методическое и научно-методическое), медицинское, информационное, их назначение и содержание.	
6	№ 13. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в пренатальный и постнатальный период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье. Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников. Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста.	2
	№ 14. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности. Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста. Благоприятные предпосылки для обучения движениям и специфические трудности. Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей. Требования к обучению движениям и развитию физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей различного возраста.	2

	Особенности методики развития координационных, силовых, скоростных способностей, выносливости и гибкости. Проблема формирования осанки у детей разного возраста. Проблема физкультурной образованности детей, профессиональной компетентности учителей. Формы занятий физическими упражнениями. Классификационная характеристика форм. Назначение и специфика уроков физического воспитания. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня школы. Назначение, черты, виды и задачи внеклассных и внешкольных занятий, физическая культура в семье. Основы специализированных занятий спортом с детьми. Роль спорта в физическом воспитании. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. Методические требования к занятиям спортом.	
	№ 15. Методическое обеспечение учебного предмета «Физическая культура». Содержание учебного предмета «Физическая культура». Общая характеристика содержания и структуры действующей программы. Место физического воспитания в учебном плане школы. Особенности содержания и структуры программы для младших, средних и старших классов. Проблемы авторских программ.	2
	№ 16. Система планирования физического воспитания в школе, педагогический контроль, его значение и содержание. Система планирования физического воспитания в школе. Классификационная характеристика, компоненты и системные связи. Планирование на учебные периоды. Назначение, требования и варианты планирования физического воспитания на учебную четверть. Особенности графического распределения учебного материала. Планирование содержания одного урока. Проблемы методического раскрытия программного материала и конкретизации задач, роль алгоритмов. Педагогический контроль, его значение и содержание. Педагогическое наблюдение и анализ урока; хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной); пульсометрия и анализ нагрузки в уроке. Анализ учебной документации, беседы с педагогом и учащимися. Контрольные испытания. Содержание учета и оценки успеваемости, методы и критерии оценки успеваемости. Требования и особенности методики успеваемости учащихся младших, средних, старших классов. Классный журнал и регистрации оценки успеваемости.	2
7	№17 ППФП в системе профессионального образования. Значение и особенности физкультуры в средних специальных учебных заведениях. Характеристика особенностей содержания действующих программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные задачи, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФП. Формы занятий физическими упражнениями и оптимальное построение их системы. Методические особенности проведения различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.) Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом. Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики.	2
	№ 18 Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных	2

	заведениях. Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных заведениях. Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные (обязательные, консультативно-методические, индивидуальные) и вне учебные занятия (в режиме учебного дня, в секциях, клубах, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия), их особенности и методическая направленность. Структура и особенности содержания учебных программ по физической культуре в вузах. Распределение студентов по учебным отделениям. Учебный материал, включаемый в теоретический, методический и практический разделы курса для студентов основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования. Особенности методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения. Роль спорта при решении задач физкультурного образования студентов. Спортивная ориентация, требования к занятиям спортом. Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период обучения в вузе. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.	
	№ 19. Физическая культура в жизни людей различного возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в данный период. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми молодого и зрелого возраста в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Значение и задачи физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования основных форм физической культуры. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура оздоровительно-реабилитационная физическая культура, оздоровительный спорт). Профессионально-прикладная физическая культура. Взаимосвязь основных форм физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастно-инволюционных изменений отельных функций и систем организма в период старения человека. Значение физической культуры для профилактики возрастных нарушений и восстановления дееспособности организма, снизившейся под влиянием возрастной инволюции. Основные задачи физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. Особенности организации и методики. Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательно развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития.	2

	занятий с данным контингентом занимающихся. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма	
	№ 20. Рекреационная и оздоровительная физическая культура. Цель, задачи, специфика и содержание рекреационной физической культуры. Средства рекреационной физической культуры. Характеристика рекреационной нагрузки и ее эффектов. Критерии выбора нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий. Формы физкультурно-рекреационных занятий, особенности использования их с людьми разных половозрастных и социальных групп. Место и значение рекреационной физической культуры в формирования здорового образа и стиля жизни. Построение и особенности методики рекреационно-оздоровительных занятий. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик. Компьютерные технологии при моделировании и программировании рекреационных занятий. Содержание и методика контроля и самоконтроля в процессе рекреационно-оздоровительных занятий.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	№ 1. Методология научных исследований в сфере физической культуры Т и М ФК как научная и учебная дисциплина. 1. Методы научного исследования в физической культуре. 2.Виды, технология написания и оформления самостоятельных учебно-исследовательских работ студентов по Т и М ФК.	2
2	№ 2. Разработка модели техники двигательного действия. 1. Техника физического упражнения: определение, состав, структура. 2. Значение гигиенических и природных факторов как средств физической культуры. 3. Технология описания модели техники двигательного действия. Задание 1: Разделиться на группы по 4-5 человек, в каждой определить того, кто будет записывать результаты обсуждения и того, кто будет их докладывать. Каждая группа выбирает физическое упражнение, определяет, что является его содержанием, формулирует двигательную задачу данного двигательного действия. Предупредить, что на следующих занятиях будет продолжаться работа с этим и последующем материалом и, следовательно, необходимо сохранить записи. 5 мин. обсуждение и доклад. Задание 2: Записать описание модели техники выбранного физического упражнения, выделить основу техники и ведущее звено. Определить и перечислить гигиенические факторы и силы природы, которые влияют, либо могут изменять влияние данного физического упражнения на организм занимающегося. 15 мин. Сообщение и обсуждение. Домашнее задание: Составить модель техники двигательного действия (УИРС № 1):	2*
	№ 3.Методы и приемы обучения двигательным действиям и развития физических способностей. 1. Основные группы методов и их функции. Критерии оптимального выбора методов 2. Методы, направленные на приобретение знаний, их классификация. 3. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками, их классификационная характеристика. 4. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и	2*

	развитие физических способностей, их характеристика. 5. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов совершенствования физических способностей. 6. Особенности регламентации нагрузки и отдыха в методах развития физических способностей (равномерном, переменном, повторном, интервальном и их варианты, варианты «круговой тренировки»). Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 2) получает отдельное задание подобрать средства и методические приемы: а) использования слова и звукового воздействия; б) обеспечения наглядности; в) выполнения практического упражнения. Дать примеры их применения на разных этапах обучения двигательным действиям Записать и доложить. Подготовка - 15 мин. (по группам). Домашнее задание: Подготовить доклад (по желанию) на тему: «Методы, направленные на приобретение знаний», «Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками». Продолжительность – 5 мин.	
	№ 4. Технология подбора методов и методических приемов. 1. Технология подбора методов и методических приемов при решении задач формирования знаний, овладения двигательными действиями и развития физическими способностями. Ролевая игра – решение задач по эффективному выбору методов и приемов обучения, воспитания и развития в конкретных педагогических ситуациях (различный уровень двигательной подготовленности занимающихся в группе, недостаточный уровень физической и психической готовности, в условиях недостаточной материальной оснащенности занятий, низких температур, подготовки к массовым соревнованиям и т.п.). Доклады. Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 2) получает отдельное задание с проблемной ситуацией и задачей подобрать адекватные методы и методические приемы.	2*
3	№ 5. Программирование действий по реализации принципов обучения двигательному действии 1.Технология реализации общепедагогических принципов: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, наглядности, систематичности. Ролевая игра: «Реализация методических принципов при обучении, воспитании и развитии занимающихся на уроках физ. культуры в школе». Задание: Разделиться на группы по 4-5 человек, в каждой определить, того, кто будет записывать результаты обсуждения и того, кто будет их докладывать. Каждая группа выбирает методические приемы реализации принципа, определяет, что является их содержанием. На обсуждение 20 мин., доклад – 5 мин. Домашнее задание: Составить таблицу «Характеристика специфических принципов занятий физическими упражнениями».	2*
	№ 6. Программирование действий по предупреждению и исправлению ошибок при обучении двигательному действию. 1.Определение двигательных умений и навыков, различия между ними – характерные признаки. 2.Понятие автоматизированного выполнения двигательного действия, ее механизмы и закономерности формирования. 3.Понятие знаний и их роль в процессе обучения двигательным действиям. 4.Взаимодействие (перенос) навыков. Виды переноса и их значение в процессе обучения двигательным действиям. 5.Понятие и виды двигательных ошибок. Причины возникновения двигательных ошибок, способы их предупреждения и исправления. Задание1: Каждая группа подбирает физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 2-ом занятии упражнение. Определяет условия практического применения, в которых будет использоваться физическое	2*

	упражнение, а также количественные требования (показатели), которых должны достичь занимающиеся. 10 мин. обсуждения и сообщение. Задание 2. Каждая группа определяет типичные ошибки для выбранного действия, классифицирует их по значению: грубые, значительные, незначительные. Сформулировать задачу их предупреждения, подобрать средства и методические приемы ее решения. 15 мин. обсуждение, сообщение. Домашнее задание: Подобрать физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 2-ом занятии упражнение. Определить и записать условия практического применения, в которых будет использоваться выбранное физическое упражнение.	
	№ 7. Программирование действий по реализации процесса обучения двигательному действии. 1. Виды и способы обеспечения готовности к обучению двигательному действию. 2.Факторы, являющиеся обязательными при управлении процессом обучения двигательным действиям. 3.Правила формулирования задач обучения двигательным действиям. 4.Технология составления программы обучения двигательному действию Домашнее задание: Разработать программу обучения выбранному физическому упражнению (УИРС № 2).	2
4	№ 8. Общая характеристика физических способностей человека и основные закономерности процесса их развития 1.Классификация физических способностей человека и их связь с двигательной деятельностью. 2.Основные закономерности развития физических способностей 3.Принципы развития физических способностей. Задание: Каждой группе определить и записать те качества, которые необходимы для эффективного выполнения и применения того физического упражнения, которое было выбрано для разработки программы обучения. 15 мин. обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Записать в тетради список качеств, необходимых для эффективного выполнения и применения того физического упражнения, которое было выбрано для разработки программы обучения. Заполнить таблицу «Характеристика закономерностей развития физических способностей».	2*
	№ 9. Технология составления программы развития силовых способностей. 1. Определение понятия силовых способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2.Виды (формы проявления) силовых способностей. 3.Задачи, средства и методические приемы развития силовых способностей (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития силовых способностей. Задание: Каждая группа получает задачу - подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления силовых способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов). 20 мин. обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Разработать программу развития силовых способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 3).	2*
	№ 10. Программирование действий по реализации процесса развития скоростных способностей. 1. Определение понятия скоростных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2.Виды (формы проявления) скоростных способностей. 3.Задачи, средства и методические приемы развития скоростных способностей	2*

	(по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития скоростных способностей. Задание: Каждая группа) получает задачу – подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления скоростных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов). 20 мин. Обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Разработать программу развития скоростных способностей в соответствии с предложенным заданием. Например: (УИРС № 4).	
	№ 11. Программирование действий по реализации процесса развития выносливости. 1. Определение понятия выносливости, факторы, определяющие уровень проявления. 2.Виды (формы проявления) выносливости. 3.Задачи, средства и методические приемы развития выносливости (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития выносливости. Задание: Каждая группа получает задачу – подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления выносливости, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов). 20 мин. Обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Разработать программу развития выносливости в соответствии с предложенным заданием. (УИРС № 5).	2*
	№ 12. Программирование действий по реализации процесса развития гибкости. 1. Обобщенное понятие о гибкости, факторы определяющие уровень развития гибкости. 2.Особенности развития гибкости в онтогенезе. 3.Средства и методы развития гибкости. 4.Формирование навыка рациональной осанки. 5.Регулирование массы тела. Задание: Каждая группа получает сформулированную задачу подобрать средства и методические приемы формирования осанки (коррекции осанки при лордозе, кифозе или сколиозе), регулирования массы тела. 20 мин. Обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Разработать программу формирования (коррекции) осанки или программу устранения избыточной массы тела). (УИРС № 6).	2*
	№ 13. Программирование действий по реализации процесса развития координационных способностей. 1. Определение понятия координационных способностей, 2.факторы, определяющие уровень их проявления. 3.Виды (формы проявления) координационных способностей. 4.Задачи, средства и методические приемы развития координационных способностей (по формам проявления). 4.Способы измерения и критерии оценки уровня развития координационных способностей. Задание: Каждая группа получает задачу – подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления координационных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов). 20 мин. Обсуждения и сообщение.	2*

	Домашнее задание: .Разработать программу развития координационных способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 7).	
5.	№ 14. Программирование действий по организации и методике проведения занятий урочного типа. 1. Содержание и структура урочных занятий, их виды. 2.Основы организации деятельности занимающихся на уроке. 3.Правила дозирования и регулирования нагрузки. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием подбирает способы организации занимающихся на уроке. 10 мин обсуждения и сообщение.	2*
	№ 15. .Программирование действий по педагогическому анализу занятия урочного типа 1.Подготовка преподавателя к уроку. 2.Технология педагогического анализа занятия урочного типа Задание: Провести педагогический анализ урока после просмотра видеозаписи урока. Оценить по следующим критериям: организация урока, методика проведения, поведение педагога. 20 мин. обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Заполнить таблицу «Классификация занятий неурочного типа»	2*
	№ 16. Программирование действий по планированию занятий физическими упражнениями Основные показатели планирования занятий физическими упражнениями. 1.Технология разработки документов планирования. 2.Последовательность действий по обоснованию управленческого решения. Задание: Задание: Каждая группа в соответствии с заданием определяет последовательность действий выработке и обоснованию плановых показателей. 10 мин обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Заполните таблицу «Виды и содержание обеспечения занятий физическими упражнениями»	2*
	№ 17.Программирование действий по контролю занятий физическими упражнениями. 1. Основные показатели текущего и оперативного контроля, критерии, методы и приемы регистрации и анализа. 2.Методика хронометрирования занятия и проведения пульсометрии, оценка распределения нагрузки на занятии. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием определяет общую и моторную плотность занятия, их соответствие типу урока и решаемым задачам, оценивает эффективность занятия. 20 мин обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Составить таблицу «Виды, сроки и содержание контроля»	2*
6.	№ 18. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста. 1. Профилактика нарушений осанки. 2.Методические особенности закаливания. 3.Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием определяет основные методические правила занятий физическими упражнениям с дошкольниками разного возраста. 20 мин обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Разработать программу обучения плаванию детей грудного возраста в соответствии с заданием. Составить таблицу (УИРС № 1) «Основное содержание и продолжительность занятий урочного типа с детьми дошкольного возраста»	2*
	№ 19. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста. 1. Особенности обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. 2.Технология реализация методических принципов и сочетания методов при	2*

	обучении движениям детей различного возраста. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием определяет порядок сочетания методов и приемов обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. 20 мин обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Составить таблицу «Сенситивные периоды развития основных физических способностей в школьный период»	
	№ 20. Программирование действий по формулированию общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 1. Технология годового планирования в учреждениях общего образования. 2.Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 3.Правила формулирования общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. Домашнее задание: Изучить программу по физической культуре для класса в соответствие с заданием. Сформулировать общие задачи учебно-воспитательной работы на учебную четверть для назначенного класса (УИРС № 2).	2
	№ 21. Программирование действий по составлению программы формирования двигательных навыков. 1.Технология решения общих задач, направленных на формирование двигательных навыков. 2.Последовательность действий при разработке программы формирования двигательных навыков. Домашнее задание: Составить программу обучения двигательному действию (УИРС № 3).	2
	№ 22. Программирование действий по составлению программы развития кондиционных и способностей 1.Технология решения общих задач, направленных на развитие кондиционных способностей. 2.Последовательность действий при разработке программы развития кондиционных способностей. Домашнее задание: Составить программу развития кондиционных и координационных способностей (УИРС № 4).	2*
	№ 23. Программирование действий по составлению программы развития координационных способностей 1.Технология решения общих задач, направленных на развитие координационных и непосредственно связанных с ними способностей. 2.Технология составления программы развития сенсорных способностей. 3.Технология составления программы развития психодинамических способностей. 4.Технология составления программы развития координационных способностей Домашнее задание: Составить программу решения задачи развития координационных способностей (УИРС № 5).	2*
	№ 24. Программирование действий по составлению программы решения оздоровительных задач 1.Технология решения оздоровительных задач школьников. 2.Последовательность действий при разработке программы решения оздоровительных задач. Домашнее задание: Составить программу решения оздоровительной задачи (УИРС № 6).	2*
	№ 25. Программирование действий по составлению программы решения воспитательных задач 1.Технология решения воспитательных задач школьников. 2.Последовательность действий при разработке программы решения воспитательных задач. Домашнее задание: Составить программу решения воспитательной задачи (УИРС № 7).	2*

	№ 26. Программирование действий по составлению программы формирования знаний. 1.Технология решения задач формирования знаний школьников. 2.Последовательность действий при разработке программы решения задач формирования знаний. Домашнее задание: Составить программу решения задач формирования знаний (УИРС № 8).	2*
	№ 27. Технология планирования учебно-воспитательной работы на учебную четверть 1.Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть. Домашнее задание: Составить четвертной план по 2-му варианту, (УИРС № 9)	2
	№ 28. Программирование действий по планированию учебно-воспитательной работы на уроке. 1. Технология планирования учебно-воспитательной работы на уроке. 2. Технология составления конспекта урока Домашнее задание: Составить конспект урока (УИРС № 10).	2*
	№ 29. Программирование неурочных форм занятий в школ 1.Последовательность действий по организации спортивного соревнования в школе. 2.Технология написания сценария спортивного праздника в школе. 3.ехнология составления положения о спортивных соревнованиях школе. Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 2) в соответствии с заданием определяет порядок организации и проведения спортивного соревнования (по виду спорта). 20 мин обсуждения и сообщение. Домашнее задание: Составить сценарий спортивного соревнования в школе (УИРС № 11).	2*
	№ 30. Программирование действий по оценке эффективности урока физической культуры в школе 1.Методика определения общей и двигательной плотности занятия. 2.Оценка плотности урока. Методика анализа нагрузки на уроке. 3.Оценка объема и интенсивности нагрузки в уроке. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием (см. проблемные ситуации) определяет эффективность урока физической культуры. 20 мин обсуждения и сообщение.	2*
7.	№ 31. Методика ППФП в системе профессионального образования 1.Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом. 2.Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики. 3.Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. 4.Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.	2
	№ 32. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. 1. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. 2.Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.	2
	№ 33. Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста 1.Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста. 2.Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. 3.Технология контроля над состоянием занимающихся в период поступательно	2

	развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития.	
	№34. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик. 1. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик. 2.Компьютерные технологии при моделировании и программировании рекреационных занятий. 3.Содержание и методика контроля и самоконтроля в процессе рекреационно-оздоровительных занятий.	2

*интерактивные занятия

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453843
2. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/455860
3. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577
4. 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
5. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - Москва : Спорт, 2016. - 281 с. : ил. - Библиогр.: с. 241-246. - ISBN 978-5-906839-23-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372
6. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 478, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 191 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454169
2. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование развития физических способностей [Текст] : учебное пособие [для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)] / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 89 с.
3. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование двигательного обучения [Текст] : учебное пособие / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 87 с. : ил.
4. Кадыров, Р.М. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебное пособие по дисциплине "Теория и методика физической культуры" направлений подготовки 44.03.01 "Педагогическое образование", 49.03.01 "Физическая культура" (квалификация - "бакалавр") / Р.М. Кадыров, Д.В. Морщинина. - Москва : Кнорус, 2016. - 132 с. : ил.
5. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / В.С. Кузнецов. - Москва : Академия, 2012. - 409, [1] с. : ил.
6. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/453592
7. Прокофьев, А.И. Тестовые задания по теории и методике физической культуры и спорта : учебное пособие / А.И. Прокофьев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. - 129 с. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272253
8. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454857
9. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.
10. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Высшая школа народных искусств (институт). - Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. - 106 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906697-32-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта http://megaprolib.net/MP0101/Web
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412
- ЭБС «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»http://www.biblioclub.ru/
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Электронная библиотека РГБ http://elibrary.rsl.ru(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/(link is external)
- Министерство спорта РФ http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта http://lesgaft-notes.spb.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №426** (4 этаж, нежилое помещение №6) – Специализированная мебель: Учебный стол-28 шт, скамья-28шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт. Оборудование: доска меловая-2шт., проектор Epson EB-X41-1-1шт., экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., ноутбук Acer-1шт.

- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная

пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.