Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин и физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической работе
_____ С.Н. Титов
«24» июня 2022 г.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА "ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ"

Программа учебной дисциплины модуля
Физкультурно-спортивной деятельности

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы:
Физическая культура

(заочная форма обучения)

Составитель: Катенков А.Н., к.п.н.,
доцент кафедры спортивных
дисциплин и физического воспитания

Рассмотрено и одобрено на заседании учёного совета факультета физической культуры и спорта протокол от «23» мая 2022 г. № 9.

Ульяновск, 2022

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01D77C644FC1E54000000006381D0002
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 19.07.2021 до 19.07.2022

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Организационно-методические основы реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "готов к труду и обороне"» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1. Дисциплины (модули) модуля Физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», заочной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках ряда дисциплин учебного плана, изученных обучающимися 1-6 семестре: История физической культуры, Гимнастика и методика преподавания, Плавание и методика преподавания , Физическая культура и спорт.

1. Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Целью - формирование профессиональной компетентности бакалавры в решении актуальных проблем в области реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).

Задачей - формирование знаний и создание представления о программно-нормативных основах физического воспитания ВФСК ГТО, а также навыков реализации в образовательной организации.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Организационно-методические основы реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"» (в таблице представлено соотнесение образовательных результатов обучения по дисциплине с индикаторами достижения компетенций):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	ОР-1 основы теории и методики физической культуры и спорта	ОР 2 использовать методы обучения и воспитания с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся	

УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, подбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.			ОР-3 способами контроля и оценки физического развития и физической подготовленности

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лаборатор-ные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
7	2	72	2	6	-	58	зачет (6)
Итого:	2	72	2	6	-	58	зачет (6)

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1.Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения			
	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа
2 семестр				
Тема 1. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по реализации комплекса ГТО	1	2		10
Тема 2.Организационное обеспечение деятельности спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО		2		5
Тема 3. Методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по реализации ВФСК ГТО				5
Тема 4. Организация спортивно-массовых мероприятий по реализации комплекса ГТО.				10
Тема 5. Мониторинг физической подготовленности населения по выполнению нормативов, испытаний (тестов) ВФСК ГТО				8

Тема 6. Судейство ВФСК ГТО	1	2		20
Всего по дисциплине:	**2**	**6**	**-**	**58**

3.2.Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Краткое содержание курса (2 семестр)

Тема 1. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в по комплексу ГТО. Организационно-методические основы внеурочной работы с обучающимися по комплексу ГТО. Программа внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности по подготовке обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО. Особенности проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ВУЗе в подготовке обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО. Организация видов двигательной деятельности в процессе учебного дня в подготовке обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 2. Организационное Обеспечение деятельности спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО. Правовое обеспечение деятельность физкультурно-спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО. Организация деятельности физкультурно-спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 3. Методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно массовой работы с населением по ВФСК ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 4. Организация спортивно-массовых мероприятий по Комплексу ГТО. Организационно-методическое сопровождение ФВСК ГТО. Разработка положения по комплексу ГТО. Организация спортивных мероприятий ФВСК ГТО. Медицинское сопровождение комплекса ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 5. Мониторинг физической подготовленности населения по ВФСК ГТО. Обработка данных результатов тестирования и проведение мониторинга ФВСК ГТО. Анализ данных результатов мониторинга физической подготовленности населения на основе нормативов комплекса ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 6. Судейство ВФСК ГТО. Организационно-методическое сопровождение приема нормативов ВФСК ГТО. Требования к судейским бригадам и квалификации судей привлеченных к приему нормативов комплекса ГТО. Методика судейства видов испытаний по комплексу ГТО.
Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и зачету. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

- подготовки к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка к защите реферата;
- подготовка к защите индивидуальных практических работ.

Темы рефератов (задания для контрольной работы 2 семестр)

1. История возникновения и основные этапы развития комплекса ГТО.
2. Сравнительная характеристика нормативных требований.
комплекса ГТО в исторической перспективе).
3. Формирование физической культуры у студентов и Комплекс ГТО в
системе физического воспитания студентов.
4. Не соревновательные подвижные игры, игры сотрудничества и их использование при подготовке к ГТО студентами.
5. Мотивация к подготовке и сдаче норм ГТО по плаванию.
6. Цели и задачи комплекса ГТО.
7. Нормы ГТО по туризму в школе.
8. Роль и значение ГТО в современном обществе.
9.Контроль самоконтроль в процессе самостоятельных занятий ГТО.
10.Физкультурно-спортивные технологии повышения в системе ГТО.
11.Нормы двигательной активности для лиц разной подготовленности и уровня здоровья выполнения комплекса ГТО.

14.Методические основы составления комплексов специальных упражнений с учетом индивидуальных особенностей в состоянии здоровья для сдачи норм ГТО.

Выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) В соответствии со своей возрастной группой. 2 семестр.

Выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в соответствии со своей возрастной группой.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:

1. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2016. -128 с: ил. - (Учимся с «Просвещением»).
2. Моделируем внеурочную деятельность обучающихся. Методические рекомендации: пособие для учителей общеобразоват. организаций / авторы-составители: Ю.Ю. Баранова, А.В. Кисляков, М.И. Солодкова и др. – М.: Просвещение, 2013. - 96 с

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
1. 2.	ОС-1 Реферат ОС-2 Выполнение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в соответствии со своей возрастной группой.	ОР-1 Знает правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. ОР-2 Умеет использовать методы обучения и воспитания с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся. ОР-3 Владеет навыками и

3.	**Оценочные средства для промежуточной аттестации - зачет** ОС-3 Зачет в форме устного собеседования по вопросам	средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а так же процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Организационно-методические основы реализации всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "готов к труду и обороне"».

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-3 Зачет в форме устного собеседования по вопросам
Перечень вопросов к зачету

1. Охарактеризовать правовое обеспечение деятельность физкультурно-спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО, поострить таблицу.
2. Составить план спортивно-массовых мероприятий по комплексу ГТО физкультурно-спортивного клуба образовательной организации.
3. Составить тематическое планирование и содержания деятельности программы внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности по подготовке студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО).
4. Составить алгоритм действий по подготовке плана реализации внеурочной работы с обучающимися по комплексу ГТО.
5. Перечислить и охарактеризовать организационно-методические условия для реализации комплекса ГТО в образовательной организации.
6. Составить схему взаимодействия участников образовательного процесса в рамках реализации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в ВУЗе по комплексу ГТО
7. Охарактеризовать правовое обеспечение деятельность физкультурно-спортивных клубов, реализующих комплекс ГТО, поострить таблицу
8. Составить план спортивно-массовых мероприятий по комплексу ГТО физкультурно-спортивного клуба образовательной организации.
9. Составить тематическое планирование и содержания деятельности программы внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности по подготовке студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО.
10. Разработать проект внеурочного мероприятия по продвижению комплексе ГТО.
11. Составить положение по комплексу ГТО в школе.
12. Разработать план организации спортивного мероприятия ФВСК ГТО.
13. Подготовить заявку для медицинского допуска к участию студентов в комплексе ГТО.
14. Организация и проведение стартового тестирования по комплексу ГТО
15. Обработка результатов стартового тестирования с применением нормативных

требований комплекса ГТО.
16.Обработка данных в автоматизированной системе сопровождения комплекса ГТО «АС ФСК ГТО».
17. Провести анализ данных уровней физической подготовленности по основным физическим качествам обучающихся.
18.Подготовить рекомендации для повышения уровня физической подготовленности обучающихся.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине
Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	зачёт
7 семестр	Разбалловка по видам работ	1 х 1=1 балл	3 х 1=3 балла	164 балла	32 балла
	Суммарный макс. балл	1 балл max	4 балла max	168 баллов max	200 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

По итогам изучения дисциплины, семестровая трудоёмкость которой составляет 2ЗЕ, форма контроля «зачёт», выставляется итоговая оценка согласно следующей таблице:

Оценка	Баллы (2 ЗЕ)
«зачтено»	более 100
«не зачтено»	100 и менее

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись **лекции** – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удается осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практическим занятиям.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует

обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задания. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных заданий, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических зданий оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература

1. Большев, А. С. Прогнозирование выполнения студентами нормативов испытаний комплекса ГТО : монография / А. С. Большев. — Нижний Новгород : ННГАСУ, 2019. — 104 с. — ISBN 978-5-528-00355-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/164826 (дата обращения: 07.02.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Нормы ГТО в ВУЗе : учебное пособие / И. Р. Стовба, Н. В. Столярова, Е. А. Черепов, А. С. Аминов. — Челябинск : ЮУрГУ, 2015. — 40 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/154149 (дата обращения: 07.02.2022).

Дополнительная литература

1. Гриднев, В. А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе: учебное пособие / В. А. Гриднев, С. В. Шпагин ; Тамбовский государственный технический университет. – Тамбов: Тамбовский государственный технический университет (ТГТУ), 2015. – 80 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640.

2. Старкина, Л. А. Развитие гибкости для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО : учебно-методическое пособие : [16+] / Л. А. Старкина, А. Н. Старкин; Липецкий государственный педагогический университет им. П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 51 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577154

Интернет-ресурсы

– www.gto.ru	Сайт федерального оператора ВФСК ГТО
http://www.minstm.gov.ru	Министерство спорта Российской Федерации
http://www.vestnik.edu.ru:	Электронный журнал «Вестник образования»
http://teacher.fio.ru:	Федерация Интернет образования
http://lib.sportedu.ru:	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре
http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/:	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
http://minstm.gov.ru/:	Министерство спорта, туризма и молодёжной политики Российской Федерации
http://www.mifkis.ru/:	Московский институт физической культуры и спорта
http://www.vniifk.ru/:	Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта
http://www.shkola-press.ru	Журнал «Физическая культура в школе»