

# ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора института физической культуры спорта и безопасности жизнедеятельности

/О.В. Багрянцев/



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.О.02.01 Технологии организации физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения

**Направление подготовки:** 44.04.01 Педагогическое образование

**Направленность (профиль):** Профессиональное образование и управление в области физической культуры и спорта

**Квалификация (степень):** магистр

**Форма обучения:** очная

**Институт:** физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

**Кафедра:** теории и методики физического воспитания

|                  | очная форма | очно-заочная форма | заочная форма |
|------------------|-------------|--------------------|---------------|
| Курс             | 2           |                    |               |
| Семестр/триместр | 3           |                    |               |

|                                    |             |  |  |
|------------------------------------|-------------|--|--|
| Лекции                             | 18          |  |  |
| Лабораторные занятия               |             |  |  |
| Практические (семинарские) занятия | 36          |  |  |
| Консультации                       |             |  |  |
| Форма промежуточной аттестации     | Экзамен-0,3 |  |  |
| Контроль                           | 9           |  |  |
| Иные формы работы                  |             |  |  |
| Самостоятельная работа             | 80,7        |  |  |

**Всего часов: 144**

**Трудоемкость: 4 зачетных единиц.**

Разработчик рабочей программы:

кандидат педагогических наук, доцент В.В. Семянникова

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

**Цель изучения дисциплины:** освоение обучающимися знаний, методических и практических умений и навыков в области современных технологий организации физкультурно-оздоровительной работы с лицами различного возраста и пола.

### **Задачи изучения дисциплины:**

1. Раскрыть значение овладения физической культуры современными технологиями организации физкультурно-оздоровительной работы;
2. Создать у обучающихся представление об основных компонентах;
3. Изучить передовой зарубежный и отечественный опыт организации физкультурно-оздоровительной работы;
4. Обеспечить освоение обучающимися основ знаний в области технологий организации физкультурно-оздоровительной работы;
5. Сформировать у обучающихся практические умения и навыки в организации физкультурно-оздоровительной работы среди лиц различного возраста, пола, уровня физической подготовленности, места проживания и т.д.;
6. Обучить применять в практической деятельности современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности;
7. Сформировать у обучающихся самостоятельность и творчество при использовании различных технологий физкультурно-оздоровительной деятельности с различными группами населения.

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках обязательной части блока Б1. Дисциплины (модули).

### **Планируемые результаты обучения по дисциплине:**

| Код компетенции  | Индикаторы достижения компетенции   | Планируемые результаты обучения по дисциплине   |
|--|---|---|
| УК-3<br>Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели | <b>Знать:</b><br>-правила командной работы;<br>-необходимые условия для эффективной командной работы.   | <b>Знает:</b><br>- методику проведения занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;<br>- приемы формирования информации в сфере ФКиС.   |
|  | <b>Уметь:</b><br>-планировать командную работу, распределять поручения и делегировать полномочия членам команды;<br>-организовывать обсуждение разных идей и мнений;<br>-предвидеть результаты (последствия) как личных, так и коллективных действий. | <b>Умеет:</b><br>- использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с учетом возрастных, и личностных особенностей занимающихся; |
|  | <b>Владеть:</b>   | <b>Владеет:</b>   |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-организацией и управлением командным взаимодействием в решении поставленных целей;</li> <li>-навыками создания команды для выполнения практических задач;</li> <li>навыками разработки стратегии командной работы;</li> <li>-навыками преодоления возникающих в команде разногласий, споров и конфликтов на основе учета интересов всех сторон.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с учетом возрастных, и личностных особенностей занимающихся;</li> </ul>      |
| <b>УК-6</b><br>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки                               | <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>-особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений;</li> <li>-теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации; направления использования творческого потенциала собственной деятельности;</li> </ul>  | <b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы планирования, способы физических нагрузок на занятиях оздоровительной направленности с учетом возрастных и личностных особенностей занимающихся;</li> </ul>   |
|  | <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки;</li> <li>- разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности;</li> <li>- планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач.</li> </ul>  | <b>Умеет:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять коммуникативные качества в организации различных физкультурно-оздоровительных, рекреационных мероприятий.</li> </ul>  |
|  | <b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками определения эффективно направленного действия в области профессиональной деятельности;</li> <li>-навыками планирования собственной профессиональной деятельности.</li> </ul>   | <b>Владет:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами и средствами формирования морально-ценностных установок учащихся и устойчивого интереса к занятиям ФКиС, формирования ЗОЖ;</li> </ul>   |
| <b>ОПК-3</b><br>Способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными | <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>-особенности индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями;</li> <li>-стандартные методы и психолого-педагогические технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями;</li> <li>- модели проектирования образовательной среды, в том числе для обу-</li> </ul> | <b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и средства формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста, потребности в регулярных занятиях;</li> </ul> |

|   |   |   |
|---|---|---|
| ными потребностями  | чающихся с особыми образовательными потребностями.  |   |
|   | <b>Уметь:</b><br>-анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями;<br>-подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями;<br>-анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями. | <b>Умеет:</b><br>- использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с учетом возрастных, и личностных особенностей занимающихся;   |
|   | <b>Владеть:</b><br>-методами и технологией проектирования педагогической деятельности с учетом психологии и психофизиологии лиц с особыми образовательными потребностями.   | <b>Владеет:</b><br>- методами формирования информации через СМИ о ФКиС;<br>- средствами избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с учетом возрастных, и личностных особенностей занимающихся;  |
| ОПК-8<br>Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований | <b>Знать:</b><br>-основные направления исследований в области педагогического проектирования; современную методологию педагогического проектирования;<br>-состояние и тенденции развития международных и отечественных педагогических исследований;<br>-содержание и результаты исследований в области педагогического проектирования.  | <b>Знает:</b><br>- методику проведения занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;<br>- методы и средства формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста, потребности в регулярных занятиях; |
|   | <b>Уметь:</b><br>-выделять и систематизировать основные идеи и результаты международных и отечественных педагогических исследований;<br>-определять цель и задачи проектирования педагогической деятельности исхо-  | <b>Умеет:</b><br>- применять коммуникативные качества в организации различных физкультурно-оздоровительных, рекреационных мероприятиях.<br>-определять цель и задачи проектирования педагогической деятельно-   |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | <p>для из условий педагогической ситуации;</p> <p>-применять современные научные знания материалы педагогических исследований в процессе педагогического проектирования.</p>   | <p>сти исходя из условий педагогической ситуации;</p>   |
|  | <p><b>Владеть:</b></p> <p>-навыками самостоятельного определения педагогической задачи и проектирования педагогического процесса для ее решения;</p> <p>- навыками разработки педагогического проекта для решения заданной педагогической проблемы с учетом педагогической ситуации.</p> | <p><b>Владеет:</b></p> <p>- средствами избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с учетом возрастных, и личностных особенностей занимающихся;</p> <p>- применять коммуникативные качества в организации различных физкультурно-оздоровительных, рекреационных мероприятиях.</p> |

## II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

**с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу**

### Очная форма обучения

| № п/п | Наименование разделов и тем   | Всего       | Аудиторные занятия |           |    | Сам. раб.   |
|-------|---|-------------|--------------------|-----------|----|-------------|
|       |   |             | ЛК                 | ПЗ        | ЛБ |             |
|       | <b>Раздел 1. Общая характеристика дисциплины «Технологии физкультурно-оздоровительной деятельности»</b>   | <b>66</b>   | <b>6</b>           | <b>12</b> |    | <b>48</b>   |
| 1.    | Тема 1. ТФОР в системе физкультурного профессионального образования   | 22          | 2                  | 4         |    | 16          |
| 2.    | Тема 2. Технологии организации физкультурно-оздоровительной работы в зарубежных странах   | 22          | 2                  | 4         |    | 16          |
| 3.    | Тема 3. Характеристика современных зарубежных технологий организации различных форм занятий популярными оздоровительными системами и методиками | 22          | 2                  | 4         |    | 16          |
|       | <b>Раздел 2. Отечественные технологии орга-</b>   | <b>68,7</b> | <b>12</b>          | <b>24</b> |    | <b>32,7</b> |

|    |   |                    |           |           |          |             |
|----|---|--------------------|-----------|-----------|----------|-------------|
|    | <b>низации физкультурно-оздоровительной работы с населением</b>                         |                    |           |           |          |             |
| 4. | Тема 4. Технологии организации физкультурно-оздоровительной работы в советский период   | 34                 | 6         | 12        |          | 16          |
| 5. | Тема 5. Технологии организации физкультурно-оздоровительной работы в современной России | 34,7               | 6         | 12        |          | 16,7        |
| 6. | Форма отчетности  | <i>Экзамен-0,3</i> |           |           |          |             |
| 7. | Консультация  |                    |           |           |          |             |
| 8. | Контроль  | 9                  |           |           |          |             |
| 9. | <b>Итого за 8 семестр</b>   | <b>144</b>         | <b>18</b> | <b>36</b> | <b>-</b> | <b>80,7</b> |
|    | <b>ИТОГО:</b>   | <b>144</b>         | <b>18</b> | <b>36</b> | <b>-</b> | <b>80,7</b> |

### **Очно-заочная форма обучения**

Не реализуется

### **Заочная форма обучения**

Не реализуется

## **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

### **Типовой вариант контрольной работы**

#### **Вариант 1.**

1. Система управления физкультурно-оздоровительной работой в зарубежных странах.
2. Зарубежные технологии организации производственной физкультурно-оздоровительной работы.

#### **Вариант 2.**

1. Система управления физкультурно-оздоровительной работой в Советском Союзе.
2. Технологии организации производственной физкультурно-оздоровительной работы в советский период.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: перечень вопросов к экзамену.

## **Вопросы к экзамену (3 семестр, очная форма обучения)**

1. Роль и место дисциплины ТОФОР в подготовке специалиста по физической культуре, ее связь с другими учебными дисциплинами учебного плана. Основные понятия ТОФОР: «технология», «педагогическая технология», «здоровье», «двигательная активность».

2. Характеристика деятельности международных организаций по физическому воспитанию (СИЕПС, ВИЕП и др.). Всемирное движение «Спорт для всех» и его развитие в высокоразвитых странах.

3. Характеристика технологий по разработке и использованию национальных спортивно-оздоровительных программ «Тримм», «Физическая активность», «Мы рассчитываем на Вас» и др. в высокоразвитых зарубежных странах. Условия, определяющие эффективность их использования.

4. Технологии организации массовых спортивных мероприятий в Германии, Чехии, Финляндии, Швеции, США, Канаде, Англии, Голландии и других странах.

5. Организационные основы систем управления спортивно-оздоровительной работой в отдельных зарубежных странах (США) как определяющий компонент технологий физкультурно-оздоровительной работы.

6. Технологии организации производственной спортивно-оздоровительной работы в отдельных фирмах и компаниях США, Канады, Великобритании, Франции. Подходы, используемые при организации и проведении спортивно-оздоровительных программ отдельными фирмами.

7. Технологии разработки программ по укреплению здоровья работающих. Критерии, определяющие эффективность оздоровительных программ.

8. Характеристика современных зарубежных оздоровительных систем и программ занятий физическими упражнениями.

9. Технологии организации занятий по различным оздоровительным системам (аэробика, плавание, боевые искусства и др.) и характеристика составных её компонентов.

10. Технологии организации групповых и индивидуальных форм занятий аэробикой и ее разновидностями с лицами различного возраста, пола, уровня подготовленности, состояния здоровья и уровня жизни в зарубежных странах.

11. Технологии организации групповых и индивидуальных форм занятий циклическими упражнениями аэробной направленности с лицами различного возраста, пола, уровня физической подготовленности, состояния здоровья и уровня жизни.

12. Технологии организации групповых и индивидуальных форм занятий на кардиотренажерах, а также пилатесом, калланетикой, йогой, ушу с лицами различного возраста, пола, уровня подготовленности, состояния здоровья и уровня жизни.

13. Организационные основы советской системы физической культуры и спорта как определяющий компонент технологий физкультурно-оздоровительной работы.

14. Технологии организации производственной физической культуры в советский период.

15. Характеристика технологий по организации спортивно-массовой работы в советский период: спортивно-массовая работа по месту жительства, массовые все-союзные спортивные соревнования «Лыжня зовет», «Движение для здоровья», Всесоюзные дни «Лыжника», «Бегуна», «Пловца» и др.

16. Нормативно-правовое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в Российской Федерации: Конституция РФ, Закон «О физической культуре и спорте в РФ», «Государственная программа развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период 2008 – 2015 гг. » и др.

17. Организационные основы российской системы физической культуры и спорта как определяющий компонент технологий физкультурно-оздоровительной работы на разных уровнях: федеральном, региональном, местном.

18. Подготовка и переподготовка кадров как обязательный компонент технологий организации физкультурно-оздоровительной работы в Современной России.

#### **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **4.1. Основная литература**

1. Физическая культура в XXI веке: концептуальные основы, инновационные методики и модели образовательных практик / под ред. А.Э. Страдзе, И.М. Быховской ; Департамент образования и науки города Москвы, Московский городской педагогический университет и др. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 288 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке.

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560694> (дата обращения: 01.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0034-0. – DOI 10.23681/560694. – Текст : электронный.

##### **4.2. Дополнительная литература**

1. Плохой, В.Н. Скандинавская ходьба до и после 60-ти : [12+] / В.Н. Плохой. – Москва : Спорт, 2020. – 84 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573580> (дата обращения: 01.03.2022). – Библиогр.: с. 82. – ISBN 978-5-907225-32-9. – Текст : электронный.

#### **V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

| <b>№<br/>пп</b> | <b>Ссылка на<br/>информационный ресурс</b>              | <b>Наименование разработки<br/>в электронной форме</b>   | <b>Доступность</b> |
|-----------------|---|--|--------------------|
| 1.              | <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> | <b>Инфоурок:</b> образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеуроки и другие материалы по предметам школьной программы. | Свободный доступ   |



|    |   |  |                  |
|----|---|--|------------------|
| 2. | <a href="http://edu.ru/">http://edu.ru/</a>                       | <b>Российское образование: Федеральный портал.</b><br><b>Включает</b><br>ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ. | Свободный доступ |
| 3. | <a href="https://www.infosport.ru/">https://www.infosport.ru/</a> | Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»   | Свободный доступ |

## VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

|    |   |  |  |
|----|---|--|--|
| 1. | <a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>                 | Электронно-библиотечная система (ЭБС)<br>Университетская библиотека онлайн           | Регистрация через любой университетский компьютер.<br>В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет |
| 2. | <a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>                                | Информационно-правовой портал  | Свободный доступ   |
| 3. | <a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>                            | Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования | Свободный доступ   |
| 4. | <a href="http://www.consultant.ru">www.consultant.ru</a>                        | Российская компьютерная справочно-правовая система                                   | Свободный доступ   |
| 5. | <a href="https://www.infosport.ru/">https://www.infosport.ru/</a>               | Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»                                 | Свободный доступ   |
| 6. | <a href="https://www.olympichistory.info/">https://www.olympichistory.info/</a> | История Олимпийских игр  | Свободный доступ   |
| 7. | <a href="https://www.minsport.gov.ru">https://www.minsport.gov.ru</a>           | Министерство спорта РФ   | Свободный доступ   |

## VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.