


ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский государственный университет спорта и туризма»
(ГАОУ ВО МГУСиТ)


СОГЛАСОВАНО

Проректор


А.М. Каткова
«28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор института спортивных
технологий и физического
воспитания


К.М. Берулава
«28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.05.01 «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
(ГТО)»

направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование
направленность (профиль): Физическое воспитание и спорт

Форма обучения	заочная
Общая трудоемкость (в акад. часах / ЗЕ)	36 час. / 1 ЗЕ
Курс	IV
Учебный семестр	8
Форма промежуточной аттестации	8 семестр – зачет с оценкой


Настоящая рабочая программа учебной дисциплины устанавливает требования к результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» составлена на основании ФГОС высшего образования 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «22» февраля 2018 г. № 121, основной профессиональной образовательной программы и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) «Физическое воспитание и спорт».

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину, и студентов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Разработчик рабочей программы:

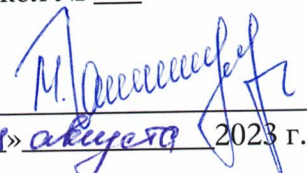
Доцент кафедры «Теории и методики спорта и физического воспитания», кандидат педагогических наук, доцент


«28» августа 2023 г.

В.В. Пресняков

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры «Теории и методики спорта и физического воспитания» «28» августа 2023 г., протокол № 1.

Заведующий кафедрой «Теории и методики спорта и физического воспитания», доктор педагогических наук, доцент


«28» августа 2023 г.

И.В. Мартыненко

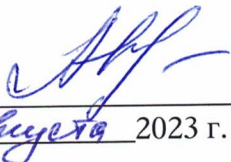
СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса


«28» августа 2023 г.

О.В. Федорова

Специалист по УМР отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса


«28» августа 2023 г.

Е.В. Аверьянова

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель – формирование компетенций по решению актуальных проблем в области реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) и методике подготовки лиц разного возраста к выполнению нормативов ГТО и судейства физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО.

Задачи, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

- освоение системы знаний и создание представления о программно-нормативных основах физического воспитания ВФСК ГТО;
- формирование умений в подготовке и выполнении нормативом ВФСК ГТО;
- формирование навыков по реализации требований ВФСК ГТО в образовательных организациях;
- формирование навыков по реализации требований ВФСК ГТО для лиц разного возраста;
- освоение знаний и формирование навыков судейства физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.05.01 «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» изучается обучающимися в рамках Б1.В.ДВ.05 Дисциплины (модули) по выбору 5 (ДВ. 5) части, формируемой участниками образовательных отношений, ООП ВО на протяжении одного учебного семестра – восьмого и завершается промежуточной аттестацией в форме зачета с оценкой.

Изучение дисциплины «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» осуществляется на основе логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплиной Б1.О.01 Социально-гуманитарного-модуля Б1.О.01.04 «Физическая культура и спорт», дисциплинами Б1.О.04 модуля теоретико-методических основ физического воспитания и спорта Б1.О.04.01 «Базовые и новые виды спорта (гимнастика, лёгкая атлетика)», Б1.О.04.04 «Теория и методика физической культуры и спорта».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ООП

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся компетенции: ПК-2.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения:

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
ПК-2. Способен осуществлять подготовку спортсменов и физическое воспитание обучающихся	ПК-2.6. Организует участие обучающихся и спортсменов в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	Знать: - правила и организацию соревнований в лёгкой атлетике, гимнастике, плаванию, лыжной подготовке, стрельбе, единоборствам и туризму; - основы спортивной тренировки и способы повышения спортивных результатов; - средства и методы совершенствования

		<p>технической, физической и тактической подготовки занимающихся с целью эффективного и более успешного выступления на соревнованиях и спортивных мероприятиях ВСФК ГТО.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, лёгкой атлетике, плаванию, лыжному спорту, стрельбе, единоборствам, туристской подготовке для определения тактики выступления на соревнованиях; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности занимающихся; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, лёгкой атлетике, плаванию, лыжным гонкам, единоборствам, туризму для приобретения соревновательного опыта занимающимися; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях ВСФК ГТО; <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в определении тактических задач для занимающихся в процессе соревновательной деятельности физкультурно-массовых мероприятиях ВСФК ГТО; - организации тестирования по программе ВСФК ГТО; - организации мероприятий и судейства ВСФК ГТО.
--	--	--

	<p>ПК-2.11. Осуществляет организацию и судейство соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, влияние физических упражнений на данные показатели; - технологии спортивной тренировки с использованием спортивного инвентаря и оборудования; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту и использования спортивного оборудования, тренажёров, техники и инвентаря; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся с использованием спортивного инвентаря и оборудования; - владения техникой выполнения упражнений гимнастики, лёгкой атлетики, плавания, лыжной подготовки, стрельбы, единоборств на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
--	--	--

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 часов, включая все формы контактной и самостоятельной работы обучающихся.

4.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Заочная форма обучения

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля ¹		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельная работа	
				лекции	занятия семинарского типа ²	др. виды работ ³	консультаций ⁴					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
8 семестр												
1	Тема 1. Нормативно-правовое обеспечение реализации ВФСК ГТО	4						4			ПТЗ.О(п)	ПК-2
2	Тема 2. История возникновения и развития ГТО	3						3			ПТЗ.Т	ПК-2
3	Тема 3. Содержание ВФСК ГТО: ступени и нормативы для школьников, мужчин и женщин разных возрастных групп и особых категорий граждан	5	2	2				3			ПТЗ.Д	ПК-2
4	Тема 4. Порядок организация тестирования по нормативам испытаний (тестов) ВФСК ГТО.	5	2		2			3		ПТЗ.О		ПК-2

¹ Вид текущего контроля: ПТЗ.Т – проверка теоретических знаний – тестирование (письменно), ПТЗ.КР – проверка теоретических знаний – контрольная работа (письменно), ПТЗ.О - опрос; ПТЗ.О(п) – опрос (письменно), ПТЗ.Д – проверка теоретических знаний – диктант; ПТЗ.Э – проверка теоретических знаний – эссе; ПР – практическая работа.

² К занятиям семинарского тапа относятся - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия.

³ Указать другие виды контактной работы студентов, если они применяются при изучении данной дисциплины.

⁴ Если предусмотрены учебным планом.

№ п/п	Номера и наименования разделов и тем	Всего час.	Контактная работа, час.					Самостоятельная работа, час.	Формы промежуточной аттестации	Вид и формы текущего контроля ¹		Код компетенции или код индикатора
			всего	в т.ч.						в рамках контактной работы	в рамках самостоятельная работа	
				лекции	занятия семинарского типа ²	др. виды работ ³	консультаций ⁴					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
5	Тема 5. Роль и значение комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся и населения всех возрастов.	3						3			ПТЗ.Т	ПК-2
6	Тема 6. Формы, средства и методика подготовки к выполнению ВФСК ГТО	3						3			ПТЗ.О(п)	ПК-2
7	Тема 7. Организация судейства физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО	3						3			ПТЗ.Д	ПК-2
8	Тема 8. Алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО	3						3			ПТЗ.О(п)	ПК-2
9	Тема 9. Судейство физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО: подготовка и алгоритм действий судей на месте тестирования	3						3			ПТЗ.Д	ПК-2
	Промежуточная аттестация	4	-	-	-			4	Зачет с оценкой			
ВСЕГО:		36	4	2	2			32				

4.2. Тематическое содержание занятий

Наименование разделов и тем	Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации	Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации
Тема 1. Нормативно-правовое обеспечение реализации ВФСК ГТО	Самостоятельная работа (4 ак.ч.)	Самостоятельное изучение тем: Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ; Указ Президента РФ «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» № 172 от 24 марта 2014 года; Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)». Подготовка письменных ответов на вопросы опроса: 1. Цель, задачи ВФСК ГТО. 2. Основные понятия и принципы реализации ВФСК ГТО. 3. Этапы внедрения ВФСК ГТО. 4. Этапы и основные проблемы внедрения комплекса ГТО в нашей стране. Работа с учебной, научной и справочной литературой.
Тема 2. История возникновения и развития ГТО	Самостоятельная работа (3 ак.ч.)	Самостоятельное изучение тем: Предпосылки возникновения комплекса ГТО в 1918-1925 годах; Зарождение комплекса ГТО «под крылом ОСОАВИАХИМа в 1927-1928 годах; Первый комплекс ГТО и его развитие в 1929-1938 годах; Комплекс ГТО в предвоенные годы и во время ВОВ (1939-1945г.г.); Развитие комплекса ГТО в послевоенные годы (1946-1991 г.г.); Возрождение комплекса ГТО в современной России (2007-2014 г.г.); Роль ВФСК ГТО для физического воспитания и оздоровления нации и этапы его внедрения в жизнь населения страны. Работа с учебной, научной и справочной литературой. Выполнение тестирования.

<p>Тема 3. Содержание ВФСК ГТО: ступени и нормативы для школьников, мужчин и женщин разных возрастных групп и особых категорий граждан</p>	<p>Лекция (2 ак.ч.)</p>	<p>Распределение населения по ступеням с учетом пола и возраста: 1 ступень – мальчики и девочки от 6 до 8 лет включительно (1-2 класс); 2 ступень – мальчики и девочки от 9 до 10 лет включительно (3-4 класс); 3 ступень – мальчики и девочки от 11 до 12 лет включительно (5-6 класс); 4 ступень – юноши и девушки от 13 до 15 лет включительно (7-9 класс); 5 ступень – юноши и девушки от 16 до 17 лет включительно (10-11 класс); 6 ступень – мужчины и женщины от 18 до 29 лет включительно; 7 ступень – мужчины и женщины от 30 до 39 лет включительно; 8 ступень – мужчины и женщины от 40 до 49 лет включительно; 9 ступень – мужчины и женщины от 50 до 59 лет включительно; 10 ступень – мужчины и женщины от 60 до 69 лет включительно; 11 ступень – мужчины и женщины 70 лет и старше.</p> <p>Каждая из одиннадцати ступеней комплекса содержит нормативы для выполнения испытаний (тестов). Нормативно-тестирующая часть ВФСК ГТО предусматривает государственные требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнения нормативов испытаний (тестов), рекомендаций к недельной двигательной активности.</p> <p>Оценка уровня физической подготовленности населения осуществляется по итогам выполнения установленного количества нормативов испытаний (тестов), позволяющих: определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков; оценить разносторонность (гармоничность) развития основных физических качеств, умений и навыков в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека.</p> <p>Испытания (тесты) подразделяются на обязательные испытания (тесты) и испытания по выбору.</p> <p>Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями структуры ВФСК ГТО подразделяются на: испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных способностей; испытания (тесты) по определению уровня развития выносливости; испытания (тесты) по определению уровня развития силы; испытания (тесты) по определению уровня развития гибкости.</p> <p>Испытания (тесты) по выбору в соответствии со ступенями структуры ВФСК ГТО подразделяются на: испытания (тесты) по определению уровня развития скоростно-силовых способностей; испытания (тесты) по определению уровня развития координационных способностей; испытания (тесты) по определению уровня овладения прикладными навыками.</p>
---	------------------------------------	--

	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Работа с учебной, научной и справочной литературой. Подготовка докладов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виды испытаний (тестов). 2. Комплекс ГТО как основа физического воспитания школьников. 3. Комплекс ГТО как средство физического развития студенческой молодежи. 4. Комплекс ГТО как оздоровительное средство для людей пожилого возраста. 5. Отличия комплекса ГТО советских времён и современной России.
<p>Тема 4. Порядок организация тестирования по нормативам испытаний (тестов) ВФСК ГТО.</p>	<p>Занятие семинарского типа (Семинар) (2 ак.ч.)</p>	<p>Проведение опроса в форме дискуссии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Алгоритм действий и условиями допуска участников и учащихся образовательных заведений к прохождению тестирования. 2. Оценка выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. 3. Порядок и последовательность выполнения нормативов испытаний (тестов) участником и действия судей или сотрудников центра тестирования. 4. Порядок представления к награждению лиц, выполнивших нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в отчётный период.
	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Работа с учебной, научной и справочной литературой. Самостоятельное изучение тем: Организация и проведение тестирования населения по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО осуществляются центрами тестирования в соответствии с порядком организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) утверждённым приказом Минспорта России от 28.01.2016 N 54, методическими рекомендациями и правилами соревнований по видам спорта, дисциплины которых входят в государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. Перечень, техника выполнения и требования при сдаче обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору для оценки развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков.</p>

<p>Тема 5. Роль и значение комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся и населения всех возрастов.</p>	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Самостоятельное изучение тем: Возрождения комплекса ГТО является актуальной задачей и играет важную роль, так как содержит нормативную основу физического воспитания школьников, студентов в учебных заведениях и является критерием определения уровня их физической подготовленности. Для мужчин и женщин разных возрастных групп является стимулом для повышения эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации. Кроме подтверждения уровня физической подготовленности и значка ГТО для школьников сданные нормы дают дополнительные баллы ЕГЭ при поступлении в вузы, которые могут иметь значение при поступлении на бюджетные места. Для студентов дополнительным стимулом может быть повышенная стипендия, выплачиваемая по решению администрации вузов. Служащие и работники различных сфер и особенно государственных учреждений так же поощряются по решению администрации дополнительными сутками к отпуску или материальным вознаграждением, а также предполагается введение для них различных скидок при приобретении спортивной формы и инвентаря. Работа с учебной, научной и справочной литературой. Выполнение тестирования.</p>
---	--	--

<p>Тема 6. Формы, средства и методика подготовки к выполнению ВФСК ГТО</p>	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование системы спортивно-патриотического воспитания в современной России посредством внедрения комплекса ГТО. 2. Современный комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов вузов. 3. Мотивы студенческой молодёжи к выполнению нормативов ВФСК ГТО. 4. Комплекс ГТО- средство развития силовых и скоростно-силовых качеств. 5. Комплекс ГТО как средство развития выносливости. <p>Самостоятельное изучение тем: Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО на занятиях по физической культуре в образовательных учреждениях. Подготовка к сдаче норм ГТО во процессе внеурочной деятельности, секциях и в отделениях дополнительного образования детей. Самостоятельная тренировка как основная форма подготовки мужчин и женщин к выполнению требований и норм ГТО. Занятия в центрах тестирования как форма подготовки населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>
<p>Тема 7. Организация судейства спортивных ВФСК ГТО физкультурно-спортивных мероприятий</p>	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Подготовка докладов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Составы главной судейской коллегии (ГСК) мероприятий ВФСК ГТО. 2. Вспомогательные службы ГСК. 3. Составы и порядок формирования судейских бригад. 4. Рекомендуемые функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад. 5. Финансовое обеспечение деятельности спортивных судей. 6. Рекомендуемые оборудование и инвентарь, используемые для проведения мероприятий ВФСК ГТО. <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>

<p>Тема 8. Алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО</p>	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Самостоятельное изучение тем: Организация и проведение тестирования населения по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО осуществляется в соответствии с порядком организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) утверждённого приказом Минспорта России от 28.01.2016 N 54, методическими рекомендациями и правилами соревнований по видам спорта, дисциплины которых входят в государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.</p> <p>Для участия в тестировании участнику необходимо пройти обязательную регистрацию на Всероссийском Интернет-портале комплекса ГТО, подать заявку, получить медицинский допуск, пройти тестирование знаний и умений в области физической культуры и спорта и выполнить необходимые нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в соответствии со содержанием ступеней и возрастной группы.</p> <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p> <p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства и методика тренировки для эффективного выполнения упражнения «Стрельба из пневматической винтовки» комплекса ГТО. 2. Современные фитнес технологии для подготовки сдачи нормативов комплекса ГТО. 3. Круговая тренировка как эффективное средство подготовки к выполнению требований ВФСК ГТО. 4. Значимость возрождения современного комплекса ГТО для укрепления здоровья населения. 5. Комплекс ГТО как средство формирования ценности здорового образа жизни.
---	--	---

<p>Тема 9. Судейство физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО: подготовка и алгоритм действий судей на месте тестирования</p>	<p>Самостоятельная работа (3 ак.ч.)</p>	<p>Подготовка докладов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение техники выполнения тестовых упражнений: прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега, метание теннисного мяча в цель, самозащита без оружия. 2. Подбор наиболее оптимальной физической нагрузки для получения эффекта по развитию ловкости. 3. Освоение методики по применению физической нагрузки для получения конкретного развивающего эффекта. 4. Совершенствование техники выполнения тестовых упражнений на ловкость. <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p>
<p>Промежуточная аттестация</p>	<p>Зачет с оценкой</p>	<p>Устно по билетам</p>

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

5.1. Основная литература

1. Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 146 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11118-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517922>

5.2. Дополнительная литература

1. Пономарев, А. К. Организационно-методическое обеспечение и реализация всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания : учебник для вузов / А. К. Пономарев, С. Н. Амелин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 164 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15477-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507854>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

Доступ к электронно-библиотечным системам:

- Национальный цифровой ресурс Руконт: www.rucont.ru;
- Образовательная платформа Юрайт: <https://urait.ru/>.

Доступ к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам:

1. "Университетская библиотека": <http://www.biblioclub.ru/>
2. Научная электронная библиотека e-library: <http://www.e-library.ru/>
3. Университетская информационная система России (УИС России): <http://uisrussia.msu.ru/>
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека полнотекстовых учебников и учебных пособий по гуманитарно-экономическим и техническим дисциплинам [Режим доступа <http://window.edu.ru/window/library>]
5. Электронная библиотечная система <http://znanium.com>
6. Публичная Интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>]
7. Библиотека федерального портала «РОССИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ» <http://www.edu.ru/>
8. Официальный сайт ГТО <https://gto.ru/>
9. Весь спорт: [http://www.allsportinfo.ru/\(link is external](http://www.allsportinfo.ru/(link is external)
10. Журнал «Теория и практика физической культуры»: <http://www.teoriya.ru/ru>.
11. Научно-теоретический журнал по проблемам науки о спорте «Вестник спортивной науки»: <http://www.vniifk.ru>.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. MS Windows Professional 7 Russian – лицензия № 49715244 от 15.02.2012г., № 49466115 от 19.12.2011г.;
2. MS Office 2010 Russian – лицензия № 49715245 от 15.02.2012г.;
3. Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;

4. Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в ЭИОС – договор о подключении услуг электросвязи 017800123199 от 01.09.2018.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РПД

Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

Комплект учебной мебели для обучающихся:

Письменные столы (20 шт.);

Стулья (40 шт.);

Смарт-телевизор (1шт.);

Рабочее место преподавателя:

ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду

Помещение для самостоятельной работы обучающихся, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:

Письменные столы – (5 шт.);

Стулья (5 шт.);

Стеллажи (3 шт.);

Шкаф книжный (9 шт.);

Ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду (10 шт.)

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения (при наличии заявления). Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки

учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися в ЭИОС и сайте университета, с графиком консультаций преподавателей кафедры теории и методики спорта и физического воспитания.

Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины. Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

«Сценарий» изучения дисциплины.

«Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.

8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.

9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.

10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.

11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.

12. Непосредственная подготовка к зачету с оценкой по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к зачету с оценкой.

10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам; если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

10.3. Рекомендации по подготовке к занятиям семинарского типа

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;

- до очередного семинарского (практического) занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующий теме занятия;

- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;

- теоретический материал следует соотносить с правовыми нормами, так как в них могут быть внесены изменения, дополнения, которые не всегда отражены в учебной литературе;

- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при самостоятельном выполнении упражнений и заданий;

- в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;

- на занятии доводить каждую поставленную задачу, задание до окончательного решения, демонстрировать понимание выполненных заданий, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие

требования:

- должны выполняться самостоятельно;
- соответствовать установленным требованиям по содержанию и оформлению;
- представляться в установленные сроки.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;
- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

11. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Освоение учебной дисциплины «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий, в т.ч. интерактивных лекций, дискуссий, разбор конкретных ситуаций и практических задач в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации оформляется приложением к РПД.

Приложение
к рабочей программе дисциплины
«Организация и судейство
физкультурных и спортивных
мероприятий Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
ПК-2. Способен осуществлять подготовку спортсменов и физическое воспитание обучающихся	ПК-2.6. Организует участие обучающихся и спортсменов в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	Знать: - правила и организацию соревнований в лёгкой атлетике, гимнастике, плаванию, лыжной подготовке, стрельбе, единоборствам и туризму; - основы спортивной тренировки и способы повышения спортивных результатов; - средства и методы совершенствования технической, физической и тактической подготовки занимающихся с целью эффективного и более успешного выступления на соревнованиях и спортивных мероприятиях ВСФК ГТО. Уметь: - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, лёгкой атлетике, плаванию, лыжному спорту, стрельбе, единоборствам, туристской подготовки для определения тактики выступления на соревнованиях; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической	опрос; доклад тестирование; зачет с оценкой

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
		<p>подготовленности занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, лёгкой атлетике, плаванию, лыжным гонкам, единоборствам, туризму для приобретения соревновательного опыта занимающимися; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях ВСФК ГТО; <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в определении тактических задач для занимающихся в процессе соревновательной деятельности физкультурно-массовых мероприятиях ВСФК ГТО; - организации тестирования по программе ВФСК ГТО; - организации мероприятий и судейства ВФСК ГТО. 	
	<p>ПК-2.11. Осуществляет организацию и судейство соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, влияние физических упражнений на данные показатели; - технологии спортивной тренировки с использованием спортивного инвентаря и оборудования; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту и использования спортивного оборудования, тренажёров, техники и инвентаря; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать 	

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
		<p>уровень физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить занятия по общей физической подготовке; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>Иметь практический опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся с использованием спортивного инвентаря и оборудования; - владения техникой выполнения упражнений гимнастики, лёгкой атлетки, плавания, лыжной подготовки, стрельбы, единоборств на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. 	

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

Зачет с оценкой

Перечень вопросов:

1. 1. Основные руководящие документы, регламентирующие реализацию ВФСК ГТО.
2. Цель и задачи ВФСК ГТО
3. Основные понятия и принципы реализации ВФСК ГТО
4. Этапы внедрения ВФСК ГТО.
5. Предпосылки и историю зарождения комплекса ГТО.

6. Первый комплекс ГТО и его развитие в 1929-1938 годах.
7. Комплекс ГТО в предвоенные годы и во время ВОВ (1939-1945г.г.)
8. Развитие комплекса ГТО в послевоенные годы (1946-1991 г.г.)
9. Возрождение комплекса ГТО в современной России (2007-2014 г.г.)
10. Роль ВФСК ГТО в жизнь населения страны для физического воспитания и оздоровления нации в современное время.
11. Ступени ВФСК ГТО.
12. Виды нормативов испытаний (тестов) для школьников.
13. Виды нормативов испытаний (тестов) для мужчин разных возрастных категорий.
14. Виды нормативов испытаний (тестов) для женщин разных возрастных категорий.
15. Назовите ступени, входящие в комплекс ГТО, по какому признаку они разделяются, какие требования включают в себя, чем подтверждается успешная сдача норм комплекса.
16. Какие испытания (тесты) обязательные испытания (тесты), а какие испытания по выбору.
17. Опишите порядок подготовки к сдаче и непосредственной сдаче норм комплекса ГТО.
18. Какие меры поощрения могут стимулировать добровольное участие в движении по сдаче норм комплекса ГТО.
19. Для кого предназначена I ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
20. Для кого предназначена II ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
21. Для кого предназначена III ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
22. Для кого предназначена IV ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
23. Для кого предназначена V ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
24. Для кого предназначена VI ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё.
25. Для кого предназначена VII ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
26. Для кого предназначена VIII ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
27. Для кого предназначена IX ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
28. Для кого предназначена X ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
29. Для кого предназначена XI ступень комплекса ГТО и какие тесты входят в неё
30. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для мужчин.
31. Какие обязательные испытания (тесты) ВФСК ГТО для женщин.
32. Каков алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.
33. Какие условия допуска должен выполнить участник к прохождению тестирования комплекса ГТО.
34. В каких случаях участник не допускается к прохождению тестирования комплекса ГТО.
35. В какой последовательности осуществляется тестирование, позволяющее

определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков комплекса ГТО.

36. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении II ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание

37. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении III ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание

38. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении IV ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание

39. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении V ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание

40. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VI ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

41. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VII ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

42. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении VIII ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

43. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении IX ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

44. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении X ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание.

45. Развитие каких обязательных физических качеств предусматривается при освоении XI ступени комплекса ГТО, раскрыть их содержание

46. Какие задачи решаются в подготовительной и основной частях тренировочных занятий в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО.

47. Назовите основные средства восстановления, применяемые в процессе подготовки к сдаче норм комплекса ГТО, и раскройте их содержание.

48. Раскройте значение реализации программы комплекса ГТО в системе вузов.

49. Каков порядок проведения тестирования комплекса ГТО для школьников и студентов вузов и вузов.

50. Какое значение имеет сдача комплекса ГТО для школьников, студентов и работников различных сфер.

51. Какой порядок награждения нагрудным знаком ГТО.

52. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся школ.

53. Кто может и в течении скольких дней разрешено выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени.

54. Что такое центр тестирования комплекса ГТО и его задачи и функции.

55. На основании чего создаются центры тестирования комплекса ГТО и чем они должны быть оснащены.

56. На основании каких документов и в какие сроки разрешено перевыполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО.

57. Каким образом и где регистрируются и сохраняются данные о выполнении испытаний комплекса ГТО.

58. Звание и разряд до золотого знака отличия и где можно узнать какой свой знак отличия.

59. Какие бывают спортивные звания и спортивные разряды и в чем их отличие.

60. В какие сроки после выполнения и где можно посмотреть результаты выполнения испытаний Комплекса ГТО и сроки получения знака и сертификата.

61. Каков порядок организации мероприятий и судейство ВФСК ГТО.

62. Какие требования выдвигаются к спортивным судьям мероприятий ВФСК ГТО.

63. Каков состав главной судейской коллегии мероприятий ВФСК ГТО.

64. Какой составы и порядок формирования судейских бригад.

65. Какие функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад на физкультурно-спортивных мероприятиях ВФСК ГТО.

66. Каким образом происходит финансовое обеспечение деятельности спортивных судей.

67. Каков список рекомендуемого оборудования и инвентаря, используемого для проведения мероприятий ВФСК ГТО.

68. В какой последовательности производится сдача испытаний комплекса ГТО и чем это обусловлено.

69. Вспомогательные службы ГСК и их роль в мероприятиях ВФСК ГТО.

70. На основании какого документа и кем утверждается организация судейства и главной судейской коллегии.

Критерии оценки:

Ответ студента на зачете с оценкой оценивается на:

«отлично» - если ответы на все вопросы билета полные, изложены в логической последовательности, студент владеет терминологией,

«хорошо» - допущена одна негрубая ошибка или не более двух недочетов;

«удовлетворительно» - в ответах на все вопросы билета имеется одна грубая ошибка и не более одной негрубой ошибки или грубые ошибки отсутствуют, но допущено две или более негрубых ошибок;

«неудовлетворительно» выставляется в случае, когда количество неправильных ответов превышает количество допустимых для положительной оценки или на нет ответа как минимум на один из вопросов билета.

2.2. Оценочные материалы для текущего контроля

ТЕСТИРОВАНИЕ

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ № 1

Тема 2. История возникновения и развития ГТО.

1 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО? 1. 1921 2. 1931 3. 1935 4. 1934	2
2	Кто может проходить тестирование: 1. школьники 2. студенты 3. женщины и мужчины 4. все выше перечисленные	4
3	Сколько существует ступеней нормативов ГТО: 1. 1 ступень 2. 5 ступеней 3. 11 ступеней 4. 13 ступеней	3
4	Какую возрастная группа охватывает первую ступень:	2

	1. 5-6 лет 2. 6-8 лет 3. 8-12 лет 4. без ограничений	
5	Каких знаков ГТО не существует: 1. золотой знак 2. латунный знак 3. бронзовый знак 4. медный знак 5. стальной знак 6. серебряный знак	2,4,5

2 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	В ГТО обязательным испытанием для I-V ступени является: 1. подтягивание из виса на высокой перекладине 2. бег на 60 м (с) 3. плавание 4. челночный бег 3x10 м (с)	1
2	На каких принципах основывается Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс: 1. добровольность и доступность 2. экономичность 3. равноправие женщин и мужчин 4. обязательность медицинского контроля	1,4
3	Кто может быть участником ВФСК ГТО: 1. граждане РФ от 5 до 70 лет и старше 2. граждане РФ от 4 до 79 лет и старше 3. граждане РФ от 6 до 70 лет и старше 4. граждане РФ от 6 до 70 лет	3
4	Какая масса гири при выполнении норматива рывок гири в ГТО: 1. 10 кг 2. 16 кг 3. 18 кг 4. 20 кг	2
5	Количество попыток дается при выполнении норматива прыжок с места: 1. 1 2. 3 3. 5 4. 10	2

Ключи:

1 вариант		2 вариант	
№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	2	1	1
2	4	2	1,4
3	3	3	3

4	2	4	2
5	2,4,5	5	2

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ № 2

Тема 5. Роль и значение комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся и населения всех возрастов.

1 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	ГТО – это... 1. нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта 2. комплекс физических упражнений на гимнастических снарядах, выполняемый на Олимпийских играх 3. военный комплекс для развития физических качеств военнослужащих	1
2	Чем можно заменить сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания) у девушек? 1. подтягивания из виса лежа 2. приседаниями 3. отжиманием с колен	1
3	Для выполнения нормативов ВФСК ГТО необходима регистрация на сайте: 1. Министерства спорта 2. Министерства образования 3. ВФСК ГТО	3
4	Как называется ступень ГТО для школьников 14-15 лет с 1959 года? 1. ГТО I ступени 2. ГТО II ступени 3. БГТО	3
5	Расшифруйте аббревиатуру ГЗР 1. Готов к защите Родины 2. Готов к зарплате на работе 3. Готов защищать родных	1

2 вариант

№ п/п	Вопрос и варианты ответов	Вариант правильного ответа
1	Количество знаков ГТО: 1. 1 2. 2 3. 3	3
2	В какой последовательности необходимо проводить сдачу норм ГТО? 1. Бег 3000м, стрельба, подтягивание, прыжок в длину и т.д. 2. Наклон, прыжок в длину, подтягивание и т.д. 3. Бег 2000м, плавание, бег 100м, стрельба и т.д.	1
3	Какой хват должен быть при подтягивании?	2

	1. нижний 2. верхний 3. разноименный	
4	В каком году в России был подписан указ о возрождении норм ГТО? 1. 2014 2. 2012 3. 2007	1
5	Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО 1. 25 метров 2. 50 метров 3. 100 метров 4. 150 метров	2

Ключи:

1 вариант		2 вариант	
№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	1	1	3
2	1	2	1
3	3	3	2
4	3	4	1
5	1	5	2

Критерии оценки:

оценка	количество правильных ответов
«отлично»	более 90 % правильных ответов
«хорошо»	от 75% до 90 правильных ответов
«удовлетворительно»	от 60% до 75 правильных ответов
«неудовлетворительно»	менее 60% правильных ответов

ОПРОС

Тема 1. Нормативно-правовое обеспечение реализации ВФСК ГТО (письменно).

Перечень вопросов:

1. Цель, задачи ВФСК ГТО.
2. Основные понятия и принципы реализации ВФСК ГТО.
3. Этапы внедрения ВФСК ГТО.
4. Этапы и основные проблемы внедрения комплекса ГТО в нашей стране.

Тема 4. Порядок организация тестирования по нормативам испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

Перечень вопросов:

1. Алгоритм действий и условиями допуска участников и учащихся образовательных заведений к прохождению тестирования.
2. Оценка выполнения участниками нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

3. Порядок и последовательность выполнения нормативов испытаний (тестов) участником и действия судей или сотрудников центра тестирования.

4. Порядок представления к награждению лиц, выполнивших нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в отчётный период.

Тема 6. Формы, средства и методика подготовки к выполнению ВФСК ГТО (письменно).

Перечень вопросов:

1. Формирование системы спортивно-патриотического воспитания в современной России посредством внедрения комплекса ГТО.
2. Современный комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов вузов.
3. Мотивы студенческой молодёжи к выполнению нормативов ВФСК ГТО.
4. Комплекс ГТО- средство развития силовых и скоростно-силовых качеств.
5. Комплекс ГТО как средство развития выносливости.

Тема 8. Алгоритм подготовки к тестированию и выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО (письменно).

Перечень вопросов:

1. Средства и методика тренировки для эффективного выполнения упражнения «Стрельба из пневматической винтовки» комплекса ГТО.
2. Современные фитнес технологии для подготовки сдачи нормативов комплекса ГТО.
3. Круговая тренировка как эффективное средство подготовки к выполнению требований ВФСК ГТО.
4. Значимость возрождения современного комплекса ГТО для укрепления здоровья населения.
5. Комплекс ГТО как средство формирования ценности здорового образа жизни.

Критерии оценки:

оценка	показатели
«зачтено»	обучающейся знает основные определения, последователен в изложении материала, демонстрирует базовые знания дисциплины, владеет необходимыми умениями и навыками при ответе на вопрос.
«незачтено»	обучающейся, не знает основных определений, непоследователен и сбивчив в изложении материала, не обладает определенной системой знаний по вопросу, не в полной мере владеет необходимыми умениями и навыками при ответе на вопрос.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ/ДОКЛАДОВ

Тема 3. Содержание ВФСК ГТО: ступени и нормативы для школьников, мужчин и женщин разных возрастных групп и особых категорий граждан.

1. Виды испытаний (тестов).
2. Комплекс ГТО как основа физического воспитания школьников.
3. Комплекс ГТО как средство физического развития студенческой молодежи.
4. Комплекс ГТО как оздоровительное средство для людей пожилого возраста.
5. Отличия комплекса ГТО советских времён и современной России.

Тема 7. Организация судейства физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО.

1. Составы главной судейской коллегии (ГСК) мероприятий ВФСК ГТО.
2. Вспомогательные службы ГСК.
3. Составы и порядок формирования судейских бригад.
4. Рекомендуемые функциональные обязанности спортивных судей ГСК и судейских бригад.
5. Финансовое обеспечение деятельности спортивных судей.
6. Рекомендуемые оборудование и инвентарь, используемые для проведения мероприятий ВФСК ГТО.

Тема 9. Судейство физкультурно-спортивных мероприятий ВФСК ГТО: подготовка и алгоритм действий судей на месте тестирования.

1. Освоение техники выполнения тестовых упражнений: прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега, метание теннисного мяча в цель, самозащита без оружия.
2. Подбор наиболее оптимальной физической нагрузки для получения эффекта по развитию ловкости.
3. Освоение методики по применению физической нагрузки для получения конкретного развивающего эффекта.
4. Совершенствование техники выполнения тестовых упражнений на ловкость.

Методические указания по написанию реферата/доклада

Структура реферата должна состоять из трех разделов: 1. Вступление (введение, актуальность, цель, задачи, объект и предмет исследования). 2. Основная часть (раскрытие темы реферата). 3. Заключение (выводы, рекомендации, собственное мнение).

При изложении теоретического материала необходимо определять рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; использовать понятия, строго соответствующие теме реферата; выполнять работу самостоятельно.

Анализ и оценку информации осуществлять грамотно, применяя категории анализа; умело использовать приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; объяснять альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и приходить к сбалансированному заключению; использовать большое количество различных источников информации; давать личную оценку проблеме.

Построение суждений должно быть ясным с четким изложением выдвинутых тезисов, сопровождаться грамотной аргументацией, приведением различных точек зрения и своей личной оценки. Общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации должны соответствовать жанру проблемной научной статьи.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студенты группы выбирают из списка по темам по дисциплине. Результаты выполненной работы студенты представляют в форме реферата в определенный срок. Объем реферата 10—12 стр. В процессе изучения дисциплины в течение семестра студент обязан выполнить 3—4 работы и представить их руководителю. Результаты работы представляются в виде доклада на практических занятиях.

Требования к оформлению работы:

- соответствие основным требованиям к оформлению и использованию цитат;
- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка;
- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации.

Критерии оценки:

оценка	показатели
«отлично»	работа отвечает четырем критериям: - знание и понимание теоретического материала; - анализ и оценка информации; - построение суждений; - правильное оформление работы.
«хорошо»	работа отвечает трем критериям
«удовлетворительно»	работа отвечает двум критериям
«неудовлетворительно»	работа отвечает только одному или не отвечает ни одному критерию

Дополнения и изменения к рабочей программе дисциплины

На 2023/2024 учебный год в рабочую программу дисциплины внесены ежегодные обновления в части литературы и фондов оценочных средств на основании протокола №1 заседания Ученого совета от 29 августа 2023 г.

Внесение изменений в части содержания компетенции УК-10/УК-11 на основании приказа Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 27 февраля 2023 г. №208

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры протокол № 1 от 28 августа 2023 г.

Заведующий кафедрой И.В. Мартыненко (подпись) И.В. Мартыненко