

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 10.07.2026 16:15:51
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e985329af04f047ce2

УП: 49.03.01
Физическая культура
ЗФО 2026.plx

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Рабочая программа дисциплины

Повышение спортивно-профессионального мастерства

Закреплена за кафедрой:	Теоретических основ физического воспитания
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль):	Физкультурное образование
Квалификация:	Бакалавр
Форма обучения:	заочная
Семестр:	1

Программу составил(и):

без уч. степ., старший преподаватель, Вирский Павел Евгеньевич

Тверь, 2026

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины «Повышение спортивно-профессионального мастерства» является: формирование у студентов готовности к педагогической деятельности, освоение ими знаний, методических и практических умений и навыков в области технологии организации проведения спортивных игр (гандбол) с различным контингентом занимающихся всех возрастных групп населения.

Задачи :

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и их роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.В

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Стратегии личностно-профессионального развития

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Физическая культура и спорт

Основы управления тренировкой

Теория и методика обучения базовым видам спорта

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108
в том числе:	
самостоятельная работа	87
часов на контроль	9

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ПК-1.1: Использует методики и средства контроля физической нагрузки и физического состояния спортсмена,

ПК-1.2: Оценивает результативность учебно-тренировочного процесса, а также нормативных (достижимых) значений данных показателей для конкретного занимающегося

ПК-1.3: Планирует содержание тренировочных занятий на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности спортсменов, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля на курсах:	
экзамены	1

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. Введение.				
1.1	Задачи спортивной и физкультурно-массовой деятельности. Спортивно-массовые мероприятия - важнейшая составная часть физкультурно-спортивной работы. Классификация соревнований.	Ср	1	12	
1.2	Задачи спортивной и физкультурно-массовой деятельности. Спортивно-массовые мероприятия - важнейшая составная часть физкультурно-спортивной работы. Классификация соревнований.	Лек	1	2	
	Раздел 2. Положение о соревнованиях				
2.1	Положение о соревнованиях -основной руководящий документ, определяющий порядок проведения спортивных мероприятий. Форма и содержание положения, основные этапы в разработке.	Пр	1	2	
2.2	Положение о соревнованиях -основной руководящий документ, определяющий порядок проведения спортивных мероприятий. Форма и содержание положения, основные этапы в разработке.	Ср	1	18	
2.3	Положение о соревнованиях -основной руководящий документ, определяющий порядок проведения спортивных мероприятий. Форма и содержание положения, основные этапы в разработке.	Лек	1	2	
	Раздел 3. Календарный план проведения СММ				

3.1	Календарный план проведения СММ	Пр	1	2	
3.2	Календарный план проведения СММ	Ср	1	18	
	Раздел 4. Мероприятия по подготовке к проведению СММ				
4.1	Мероприятия по подготовке к проведению СММ: организационный комитет; планирование работы; работа с участниками и представителями; подготовка мест проведения и инвентаря; рабочие документы для проведения соревнований.	Пр	1	2	
4.2	Мероприятия по подготовке к проведению СММ: организационный комитет; планирование работы; работа с участниками и представителями; подготовка мест проведения и инвентаря; рабочие документы для проведения соревнований.	Ср	1	19	
	Раздел 5. Особенности проведения различных форм СММ.				
5.1	Особенности проведения различных форм СММ. Спортивные соревнования, спартакиады, комплексные физкультурно-оздоровительные мероприятия.	Пр	1	2	
5.2	Особенности проведения различных форм СММ. Спортивные соревнования, спартакиады, комплексные физкультурно-оздоровительные мероприятия.	Ср	1	20	
	Раздел 6. Контроль				
6.1		Экзамен	1	9	

Образовательные технологии

Спортивные игры в системе физического воспитания, история возникновения и развития гандбола. Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс
Содержание игры, характеристика основных игровых приемов в нападении и защите Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс
Техника и тактика игры в нападении Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс
Техника и тактика игры в защите. Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс
Особенности преподавания гандбола в школе и методика преподавания Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс
Основы методики судейства и содержание правил соревнований. Лекция
Практическое - семинарское занятие
Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс, организация и участие в соревнованиях
Организация и проведение соревнований по спортивным играм Лекция-презентация
Дискуссия, игры, мастер-класс организация и участие в соревнованиях

Список образовательных технологий

1	Дискуссионные технологии (форум, симпозиум, дебаты, аквариумная дискуссия, панельная дискуссия, круглый стол, фасилитированная и т.д.)
---	--

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

1. Текущая работа студентов в течении 1-8 недели - максимальное количество 25 баллов
2. Выполнение заданий на практических занятиях - максимальное количество 7 баллов
3. Мини-тестирование - максимальное количество 4 балла
4. Посещение занятий - максимальное количество 10 баллов
5. Текущая работа студентов в течении 10-18 недели - максимальное количество 25 баллов
6. Выполнение заданий на практических занятиях - максимальное количество 7 баллов
7. Мини-тестирование - максимальное количество 4 балла
8. Посещение занятий - максимальное количество 10 баллов

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

- 1-я рубежная аттестация - максимальное количество 25 баллов

8.3. Требования к рейтинг-контролю

Максимальная сумма рейтинговых баллов по учебной дисциплине, заканчивающейся экзаменом, по итогам семестра составляет 60.

Обучающемуся, набравшему 40-54 балла, при подведении итогов семестра (на последнем занятии по дисциплине) в рейтинговой ведомости учета успеваемости и зачетной книжке может быть выставлена оценка «удовлетворительно».

Обучающемуся, набравшему 55-57 баллов, при подведении итогов семестра (на последнем занятии по дисциплине) в графе рейтинговой ведомости учета успеваемости «Премияльные баллы» может быть добавлено 15 баллов и выставлена экзаменационная оценка «хорошо».

Обучающемуся, набравшему 58-60 баллов, при подведении итогов семестра (на последнем занятии по дисциплине) в графе рейтинговой ведомости учета успеваемости «Премияльные баллы» может быть добавлено 27 баллов и выставлена экзаменационная оценка «отлично».

В каких-либо иных случаях добавление премиальных баллов не допускается.

Обучающийся, набравший до 39 баллов включительно, сдает экзамен. При наличии подтверждённых документально уважительных причин, по которым были пропущены занятия (длительная болезнь, обучение в другом вузе в рамках академической мобильности и др.), обучающийся имеет право отработать пропущенные занятия и получить дополнительные баллы в рамках установленных баллов за модуль. Сроки и порядок отработки определяет преподаватель. Баллы выставляются в графе «отработка».

В университете действует следующая шкала пересчета рейтинговых баллов для дисциплин, заканчивающихся экзаменом:

от 40 до 69 - «удовлетворительно»;

от 70 до 84 - «хорошо»;

от 85 до 100 - «отлично».

В ведомости проставляются баллы и оценка, в зачетной книжке - только оценка.

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Евсюкова К. М., Гандбол. Теория и практика, Красноярск: СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2021, ISBN: 978-5-86433-855-1, URL: https://e.lanbook.com/book/195112
Л.1.2	Конеева, Овчинников, Кукаева, Румянцева, Писаренко, Ястребова, Романов, Кублицкий, Волков, Гладюк, Волков, Жук, Шишкова, Станчик, Спортивные игры: правила, тактика, техника, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-18609-3, URL: https://urait.ru/bcode/545155
Л.1.3	Конеева, Овчинников, Кукаева, Румянцева, Писаренко, Ястребова, Романов, Кублицкий, Волков, Гладюк, Волков, Жук, Шишкова, Спортивные игры: правила, тактика, техника, Москва: Юрайт, 2021, ISBN: 978-5-534-11314-3, URL: https://urait.ru/bcode/475335
Л.1.4	Конеева, Овчинников, Кукаева, Румянцева, Писаренко, Ястребова, Романов, Кублицкий, Волков, Гладюк, Волков, Жук, Шишкова, Спортивные игры: правила, тактика, техника, Москва: Юрайт, 2022, ISBN: 978-5-534-13046-1, URL: https://urait.ru/bcode/487323

Л.1.5	Ермаков Н. А., Сидоров С. С., Спортивные игры: организация соревнований и правила судейства (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей с мячом, настольный теннис), Горно-Алтайск: ГАГУ, 2022, ISBN: , URL: https://e.lanbook.com/book/271088
-------	--

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	: https://e.lanbook.com/book/147441
Э2	: https://e.lanbook.com/img/cover/book/147441.jpg

Перечень программного обеспечения

1	Google Chrome
2	Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows
3	Многофункциональный редактор ONLYOFFICE
4	ОС Linux Ubuntu

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	ЭБС «ЮРАИТ»
2	ЭБС IPRbooks
3	ЭБС «ZNANIUM.COM»
4	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
5	ЭБС «Лань»

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
9-309	комплект учебной мебели, переносной ноутбук, проектор

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вопросы к экзамену по курсу «Повышение спортивно-профессионального мастерства. Гандбол.»

1. Гандбол как вид спорта и средство физического воспитания.
2. Техника игры в гандбол. Классификация.
3. Техника игры в нападении (гандбол)
4. Индивидуальные тактические действия в нападении (гандбол)
5. Групповые тактические действия в нападении (гандбол)
6. Командные тактические действия в нападении (гандбол)
7. Индивидуальные тактические действия в защите (гандбол)
8. Групповые тактические действия в защите (гандбол)
9. Командные тактические действия в защите (гандбол)
10. Физическая подготовка гандболистов
11. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в гандбол
12. Обучение игровой и соревновательной деятельности гандболистов
13. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по гандболу. Гигиенические требования к инвентарю, к

оборудованию, к одежде занимающегося.

14. Организация соревнований. Составление положения, заявок на участие в соревнованиях. Заполнение протоколов. Представитель команды. (гандбол)

15. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований. Обеспечение соревнований по гандболу. (Ситуации, замены игроков, минутные перерывы, мячи).

16. Структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика частей учебно-тренировочного занятия (вводной, подготовительной, основной, заключительной).

17. Обучение технике вратаря

18. Особенности подготовки детей различного возраста в связи с физиологическими и психологическими изменениями, происходящими в организме.

19. История возникновения и развития гандбола