

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 08.07.2024 15:24:16  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:

Руководитель ООП

«31» мар 2024г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**Повышение спортивно-профессионального мастерства**

Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль)  
Физкультурное образование

Для студентов 1 курса очной и заочной форм обучения

Составитель: *Вирский П.Е.*

Тверь, 2022

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

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.

Задачами освоения дисциплины являются:

- 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**

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения, формируемые предшествующими дисциплинами: школьного курса «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности».

**3. Объем дисциплины:** \_\_\_3\_\_\_ зачетных единиц, \_\_\_108\_\_\_ академических часов, в том числе:

**контактная аудиторная работа:** \_\_\_45\_\_\_ часов, в т.ч. практические \_\_\_30\_\_\_ часов, лекции \_\_\_15\_\_\_ часов, **самостоятельная работа:** \_\_\_36\_\_\_ часов, контроль \_\_\_27\_\_\_ часов.

**Для заочной формы обучения:**

**контактная аудиторная работа:** лекции   4   часов, практические занятия  10  часов, **самостоятельная работа:**  94  часов, в том числе контроль   9 .

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы. ПК-1.1; ПК-1.2; ПК-1.3**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-1 Способен совершенствовать специальные физические качества и повышать функциональные возможности организма спортсменов	<i>Использует методики и средства контроля физической нагрузки и физического состояния спортсмена, Оценивает результативность учебно-тренировочного процесса, а также нормативных (достижимых) значений данных показателей для конкретного занимающегося Планирует содержание тренировочных занятий на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности спортсменов, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</i>

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения** второй семестр – экзамен.

**6. Язык преподавания** русский.

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

**1. Для студентов очной формы обучения**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа, в том числе контроль(час.)
		Лекции	Практические занятия	
Введение. Задачи спортивной и физкультурно-массовой деятельности. Спортивно-массовые мероприятия - важная составная часть физкультурно-спортивной работы. Классификация соревнований.	14	2	2	8
Положение о соревнованиях -основной руководящий документ, определяющий порядок проведения спортивных мероприятий. Форма и содержание положения, основные этапы в разработке.	14	2	2	10
Календарный план проведения СММ.	9	2	2	5
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.	22	4	6	12
Особенности проведения различных форм СММ. Спортивные соревнования, спартакиады, комплексные физкультурно-оздоровительные мероприятия.	18	4	4	10

Способы проведения соревнований (система розыгрыша). Особенности проведения соревнований с личным и командным зачетом.	16	2	4	10
Анализ работы по организации и проведению СММ. Отчет о проведении мероприятия. Обработка результатов, выводы.	14	2	2	10
Судейство соревнований. Обязанности судей. Состав судейской коллегии в различных видах спорта. Работа с судейской документацией.	16	2	4	10
Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Организация и проведение СММ.	27	2	5	20
Организация спортивно-массовой работы в оздоровительных лагерях: спортивные праздники, спартакиады, соревнования, спортивные викторины.	20	2	4	14
Организация физкультурно-оздоровительной работы с населением по месту жительства. Виды мероприятий и содержание проводимой работы.	12	2	2	8
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>15</b>	<b>30</b>	<b>36+27</b>

### **III. Образовательные технологии**

Учебная программа – наименование разделов и тем <i>(в строгом соответствии с разделом II РПД)</i>	Вид занятия	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

**IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации**

<b>Форма контроля</b>	<b>Минимальное количество баллов</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
Текущая работа студентов в течении 1-8 недели (в том числе)	0	25
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	4
Самостоятельная работа		4
- посещение занятий.	0	10
1-ая рубежная аттестация.	0	25
Текущая работа студентов в течении 10-18 недели (в том числе)	0	25
- выполнение заданий на практических занятиях.	0	7
-мини тестирование.	0	4
Самостоятельная работа		4
- посещение занятий.	0	10
2-ая рубежная аттестация.	0	25
Итого.		100

### **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

## **V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

Ручной мяч:

### а) основная литература:

Евсюкова, К. М. Гандбол. Теория и практика : учебное пособие / К. М. Евсюкова. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2021. — 94 с. — ISBN 978-5-86433-855-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195112>

### б) дополнительная литература:

1. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура. Серия: Бакалавр. Базовый курс: учебник. – М.: Юрайт-Издат, 2013.

Соответствует ФГОС ВПО третьего поколения. Для преподавателей и студентов высших учебных заведений нефизкультурных вузов.

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : Учебное пособие Для СПО / Конеева Елена Владимировна [и др.]; под общ. ред. Конеевой Е.В. - 2-е изд. - Электрон. дан. - Москва : Юрайт, 2022. - 322 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/487323> (дата обращения: 23.11.2021). - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-13046-1 : 1009.00.
3. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина [и др.]; В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко, Е. Ю. Ковыршина. - Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм. - Электрон. дан. (1 файл). - Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - 136 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - ISBN 2227-8397. Игнатьева В.Я. Гандбол. Пособие для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1990.  
Ссылка на ресурс: <http://www.iprbookshop.ru/65000.html>
4. Теория и методика спортивных игр : учебник / В. П. Губа; В. П. Губа. - Теория и методика спортивных игр. - Электрон. дан. (1 файл). - Москва : Издательство «Спорт», 2020. - 720 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Гарантированный срок размещения в ЭБС до 17.08.2023 (автопродлонгация). - электронный. - ISBN 978-5-907225-41-1. Кунст-Гермонеску И.. Ручной мяч-Учеб.пособ.- М.:ФиС,1979.  
Ссылка на ресурс: <http://www.iprbookshop.ru/98644.html>
5. Физическая культура. Гандбол в физическом воспитании студентов [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т. Н. Поборончук, Т. А.

Трифоненкова, В. В. Пономарёв; Поборончук Т. Н., Трифоненкова Т. А., Пономарёв В. В. - Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2018. - 112 с. - Утверждено редакционно-издательским советом университета в качестве учебного пособия для студентов всех направлений подготовки очной формы обучения. - Книга из коллекции СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва - Физкультура и Спорт.

Ссылка на ресурс: <https://e.lanbook.com/book/147441>

Ссылка на ресурс: <https://e.lanbook.com/img/cover/book/147441.jpg>

### ***Перечень программного обеспечения:***

Список ПО:

1. Google Chrome
2. Яндекс Браузер
3. Kaspersky Endpoint Security
4. Многофункциональный редактор ONLYOFFICE
5. ОС Linux Ubuntu

### ***Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:***

1. ЭБС "ЛАНЬ" договор № 04-е/21 от 02.08.2021
2. ЭБС "Университетская библиотека онлайн" договор № 16-06/2021 от 02.08.2021
3. ЭБС "ZNANIUM.com" договор № 05-е/эбс от от 02.08.2021
4. ЭБС "IPRbooks" договор № 8097/21К от от 02.08.2021
5. ЭБС ЮРАЙТ договор № 02-е/21 от от 02.08.2021

### **VI. 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

### **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.

### **VII. Материально-техническое обеспечение**

- спортивный зал;
- инвентарь.

### **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	литература	Обновлен список основной литературы	Пр.№4 заседания кафедры ТОФВ от 14.03.24.
2.			
3.			