

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 04.10.2024 15:34:34  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

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



Утверждаю: -  
Руководитель ООП  
Зиновьев А.В.   
«3» мая 2022г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

Комплекс ГТО

Направление подготовки

*49.04.01 физическая культура*

Направленность (профиль)

Профессиональное образование в области физической культуры и спорта

Для студентов 1 курса очной и заочной формы обучения

Составитель: *к.б.н., доц. Патин М.А.*

Тверь, 2022

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

*Целью* освоения дисциплины является: формирование профессиональной компетентности магистров в решении актуальных проблем в области реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО).

*Задачами* освоения дисциплины являются:

- формирование знаний и создание представления о программно-нормативных основах физического воспитания ВФСК ГТО,
- формирование навыков реализации комплекса ГТО в образовательных организациях.
- работа в команде.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина читается в Блоке 1 в Части, формируемой участниками образовательных отношений. Дисциплина преподается во 2 семестре 1 курса. Для ее освоения необходимы знания, полученные в ходе освоения дисциплин: «Теория и методика физической культуры», «Методика преподавания физической культуры».

**3. Объем дисциплины:** 5 зачетных единицы, 180 академических часов, в том числе:

**контактная аудиторная работа:** лекции 12 часов, практические занятия 12 часов; в том числе **контроль** 27 часов

**самостоятельная работа:** 129 часов

*Для заочной формы обучения*

**контактная аудиторная работа:** лекции 2 часа практические занятия 2 часов,

**контактная внеаудиторная работа:** контроль самостоятельной работы \_\_\_\_\_, в том числе курсовая работа \_\_\_\_\_;

**самостоятельная работа:** 167 часов, в том числе контроль 9.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине

<p><b>УК-3.</b> Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</p>	<p>3.1. . Вырабатывает стратегию командной работы и на ее основе организует отбор членов команды для достижения поставленной цели</p> <p>3.2. Организует и корректирует работу команды, в т.ч. на основе коллегиальных решений;</p> <p>3.3. Разрешает конфликты и противоречия при деловом общении на основе учета интересов всех сторон; создает рабочую атмосферу, позитивный эмоциональный климат в команде</p> <p>3.4. Организует обучение членов команды и обсуждение результатов работы, в т.ч. в рамках дискуссии с привлечением оппонентов</p> <p>3.5. Делегирует полномочия членам команды и распределяет поручения, дает обратную связь по результатам, принимает ответственность за общий результат</p>
<p><b>ПК-1.</b> Способен контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся</p>	<p>1.1.Соблюдает содержание и соотношение объемов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства</p>
<p><b>ПК-2.</b> Способен разрабатывать и реализовывать проекты научных исследований в сфере физической культуры, с учётом текущего состояния и тенденций развития отрасли на основе междисциплинарных подходов</p>	<p>2.1. Использует методы современного научного исследования, правила цитирования, порядок составления и оформления научной работы, научной статьи</p> <p>2.2. Использует в профессиональной деятельности достижения в смежных отраслях науки (биологии, педагогики)</p> <p>2.3. Оценивает уровень физической подготовки, технических и тактических навыков, моральных и волевых качеств спортсменов и занимающихся</p> <p>2.4. Владеет методами управления процессами проведения тестирования в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне (ГТО)"</p>

--	--

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения**  
экзамен в 2 семестре

**6. Язык преподавания русский.**

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

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа, в том числе Контроль (час.)
		Лекции	Практические занятия	
1. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по комплексу ГТО.	<b>53</b>	2	2	49
2. Организационно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно массовой работы в образовательных учреждениях по ВФСК ГТО	<b>38</b>	4	4	30
3. Мониторинг физической подготовленности учащихся по ВФСК ГТО	<b>38</b>	4	4	30
4. Судейство ВФСК ГТО	<b>24</b>	2	2	20
Контроль	<b>27</b>	-	-	-
<b>ИТОГО</b>	<b>180</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>129</b>

**2.Для студентов заочной формы обучения**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
<b>ИТОГО</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>167+9контроль</b>

**III. Образовательные технологии**

Учебная программа – наименование разделов и тем (в строгом соответствии с разделом II РПД)	Вид занятия	Образовательные технологии
Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по комплексу ГТО.	Лекция, практическое занятие	Лекция визуализации. Проектная технология. Дискуссионные технологии, круглый стол (обсуждение и анализ проведенных занятий)
Организационно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной и спортивно массовой работы в образовательных учреждениях по ВФСК ГТО	Лекция, практическое занятие	Лекция визуализации. Проектная технология. Дискуссионные технологии, круглый стол (обсуждение и анализ проведенных занятий)
Мониторинг физической подготовленности учащихся по ВФСК ГТО	Лекция, практическое занятие	Лекция визуализации. Проектная технология. Дискуссионные технологии, круглый стол (обсуждение и анализ проведенных занятий)
Судейство ВФСК ГТО	Лекция, практическое занятие	Лекция визуализации. Проектная технология. Дискуссионные технологии, круглый стол (обсуждение и анализ проведенных занятий)

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

##### ***- рубежный контроль: защита проекта.***

При подготовке проекта необходимо провести анализ нормативных основ ВФСК ГТО, а также методических рекомендаций по подготовки населения к выполнению нормативов ВФСК ГТО. Разработать конкурсный проект направленный на пропаганду и реализацию комплекса ГТО среди обучающихся. Требования к оформлению проекта: объём проекта должен составлять 12-15 листов формата А4, текст работы печатается в программе «Microsoft Word», шрифт «Times New Roman», размер шрифта- 12, интервал одинарный с соблюдением размера полей: сверху, снизу, справа, слева - 2 см, текст выравнивается по ширине; название глав и заголовков - по центру;

название разделов и заголовков в тексте выделяются жирным шрифтом и должны соответствовать содержанию работы. Проект должен сопровождаться презентацией, выполненной в программе PowerPoint.

Проект состоящий из следующих разделов: Титульный лист (наименование автора проекта), описание конкурсного мероприятия, план реализации,

**Критерии и показатели оценивания основных учебных результатов**

ожидаемые результаты, ФИО автора, группа, курс; резюме, список используемой литературы.

основные учебные	критерии оценки	оценка (10 баллов над шкалой оценок)
текущий контроль		
Устный ответ на практическом занятии	Полнота, логичность, доказательность, самостоятельность суждений, владение терминами и понятиями, использование современной нормативной базы по организации образовательного процесса	9-10 баллов - в ответе отражены основные концепции и теории по данному вопросу, проведен их критический анализ и сопоставление, описанные теоретические положения иллюстрируются практическими примерами. Магистрантом формулируется и обосновывается собственная точка зрения, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. 7-8 баллов - при ответе студент испытывает затруднения в аргументации представленных положений. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. 5 - 6 баллов - в ответе отражены лишь некоторые современные концепции и теории по
Таблица	Соответствие содержания таблицы представленному заданию (не менее 4 признаков).	10 баллов - наличие таблицы в соответствии с требованиями 7 баллов - наличие таблицы с отдельными несоответствиями 5 баллов - наличие таблицы с многочисленными
Проект	Защита проекта бизнес-плана.	10 баллов - представлен проект, при защите проекта представлено логичное и доказательное обоснования актуальности предлагаемого мероприятия. Магистрант формулирует и обосновывает собственную точку зрения, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. Имеются обобщенные

		<p>5 - 6 баллов - в проекте отражены лишь отдельные пункты по организации мероприятия ВФСК ГТО. У магистранта отсутствует собственная точка зрения, недостаточно проработаны разделы проекта. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.</p> <p>менее 5 баллов - представлены лишь отдельные компоненты бизнес-плана.</p> <p>0 - баллов - проект отсутствует.</p>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

***Примерные вопросы для текущего контроля:***

- С какой целью реализуется комплекс ГТО в образовательных организациях?
- Каковы основные принципы комплекса ГТО?
- Каковы требования к участникам комплекса ГТО ?
- Каковы основные этапы подготовки обучающихся к комплексу ГТО?

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

1) Рекомендуемая литература

а) Основная литература

1.Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы : учебно-методическое пособие. — Москва : Советский спорт, 2014. — 60 с. — ISBN 978-5-9718-0759-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/69805>

2. Гриднев, В.А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе : учебное пособие / В.А. Гриднев, С.В. Шпагин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет». - Тамбов : Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. - 80 с. : ил., табл., схем. - ISBN 978-5-8265-1375-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640>

3. Бардамов, Г. Б. Базовая подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО / Г. Б. Бардамов, А. Г. Шаргаев, С. В. Бадлуева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 144 с. — ISBN 978-5-507-47127-0. — Текст :

электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/330491>

#### б) Дополнительная литература

1. Алиходжин, Р. Р. Методика подготовки студентов к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» : учебно-методическое пособие / Р. Р. Алиходжин. — Москва : РУТ (МИИТ), 2020. — 38 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/175873>

2. Дьяков, В. Г. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : учебно-методическое пособие / В. Г. Дьяков, Л. В. Царапкин. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2015. — 68 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/76651>

3. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), (одобрены протоколом Минспорта России от 23.07.2014 № 1) [Электронный ресурс] // Режим доступа: [minsport.gov.ru/polojgto.doc](http://minsport.gov.ru/polojgto.doc).

#### 2) Программное обеспечение

1. Google Chrome

2. Яндекс Браузер

3. Kaspersky Endpoint Security

4. Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

5. ОС Linux Ubuntu

#### 3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - <http://biblioclub.ru>

3. ЭБС Юрайт» - <https://biblio-online.ru>

4. ЭБС «Лань» - <https://e.lanbook.com>

5. ЭБС «ИНФРА-М» - <http://znanium.com>

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <https://elibrary.ru>

7. Библиотека ТвГУ – <http://library.tversu.ru>

## **VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

## Перечень тем для контрольных работ

1. История развития «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
2. Цель и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного Комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
3. Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
4. Организация работы по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)»
5. Структура управления и ресурсное обеспечение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
6. Нормативно-тестирующая часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
7. Спортивная часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
8. Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».
9. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к Труду и Обороне (ГТО)».

### *Требования к контролю*

Курс заканчивается экзаменом в виде защиты проекта. Оценку «отлично» студент может получить если представлен проект, оформленный по соответствующим требованиям. При защите проекта представлено логичное и доказательное обоснования актуальности предлагаемого мероприятия. Магистрант формулирует и обосновывает собственную точку зрения, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. Оценка «хорошо» - проект оформлен по требованиям, при ответе студент испытывает затруднения в аргументации представленных положений. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов. Оценка «удовлетворительно» - проект оформлен не по требованиям, в проекте отражены лишь отдельные пункты по организации мероприятия ВФСК ГТО. У магистранта отсутствует собственная точка зрения, недостаточно проработаны разделы проекта. Оценка «неудовлетворительно» - проект не представлен.

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

Мультимедиа, спортивный инвентарь.

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

№ п. п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	ФОС, критерии оценки	Протокол каф. ТОФВ №8 от 25.05.2023
2.	Литература	Обновлена	Пр.№4 заседания кафедры ТОФВ от 14.03.24.

