Екатеринбургский колледж физической культуры
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

DN: cn=Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
Дата: 2023.04.20 12:40:20 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ:
Зам. директора по учебной работе
М.И. Салимов

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «МДК.01.02 ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НАСЕЛЕНИЕМ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА»

для специальности 49.02.01. «Физическая культура»,

| **Очная форма обучения** | |
|---|---|
| Курс | **2** |
| Семестр | **4** |
| Объем в часах всего | **44** |
| в т.ч.: лекции | **20** |
| практические занятия | **18** |
| лабораторные занятия | |
| самостоятельная работа | **6** |
| консультации | |
| Экзамен | |
| Зачет | |
| Зачет с оценкой | **4** |

Екатеринбург 2023

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования для специальности 49.02.01 «Физическая культура» (приказ №968 от 11.11.2022 г.).

Разработчики:
Преподаватель кафедры Тим ФК
Половников М.Ю.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры Теории и методики физической культуры Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол №8 заседания кафедры от 18.04.2023 г.).

Зав. кафедрой ТиМ ФК Тарасевич И.В.

Рабочая программа утверждена на заседании методического совета Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол №8 от 20.04.2023 г.).

*СОДЕРЖАНИЕ*


| | |
|---|---|
| **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | |
| **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ** | |

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «**МДК.01.02 ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НАСЕЛЕНИЕМ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗ-КУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА**» относится к обязательной части профессионального цикла образовательной программы.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются знания умения, формируются компетенции:

| Код ПК, ОК | Наименование компетенции | Коды знаний | Знания | Коды умений | Умения |
|---|---|---|---|---|---|
| ОК 1 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; | З.01.01 | Знать научно-практический аспект становления комплекса ГТО.<br>Знать специфику комплекса ГТО в системе физического воспитания школьников и студентов. | У.01.01 | Уметь анализировать и использовать в педагогической деятельности практический опыт организацию и проведению комплекса ГТО<br>Уметь использовать комплекс ГТО в системе физического воспитания молодежи |
| | | З.01.02 | Знать особенности развития физических качеств и подготовку различных возрастных групп к выполнению нормативов комплекса ГТО | У.01.02 | Уметь определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений в рамках комплекса ГТО |
| ОК 2 | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; | З.02.01 | Знать структурное и содержательное построение нового комплекса ГТО. | У.02.01. | Уметь понимать тексты на базовые профессиональные темы по изучаемой дисциплине |
| | | З.02.02 | Знать Информационное сопровождение проводимого комплекса | У.02.02. | Анализировать Федеральный информационный фонд стандартов, общероссийские классификаторы |
| | | З.02.03 | Знать Организационно-управленческие механизмы внедрения и функционирования комплекса | У.02.03. | Анализировать механизмы внедрения комплекса ГТО в различных возрастных категориях |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ОК 3 | Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях; | З.03.01 | Знать теоретические аспекты педагогического тестирования в рамках ВФСК ГТО, особенности формирования мотивации к профессиональной деятельности; | У.03.02 | Уметь применять теоретические знания в рамках тестирования, использовать полученные теоретические знания в профессиональной сфере |
| | | З.03.02 | Знать содержание актуальной профессиональной документации по изучаемой дисциплине; | У.03.02 | Уметь определять актуальность используемой документации в профессиональной деятельности; |
| ОК 4 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; | З.04.01 | Знать особенности организации учащихся при выполнении практической деятельности | У.04.01 | Уметь организовывать учащихся при выполнении практической работы в профессиональной деятельности |
| ПК 2.1 | Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы | З.2.1.01 | Знать особенности организации и проведения практической деятельности в изучаемой профессии | У.2.1.01 | определять значимость профессиональной деятельности по осваиваемой профессии (специальности) |
| | | З.2.1.02 | Знать параметры измеряемые и контролируемые в современной теории и практике ГТО | У.2.1.02 | Уметь использовать тесты для измерения параметров в рамках ГТО;<br>Сравнивать результаты тестирования с нормативами |
| ПК 2.2 | Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе | З.2.2.01 | Первичная обработка материалов, статистика, использования методов измерения проводимых тестов | У.2.2.01 | использовать способы первичной обработки статистического материала на практике |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта. | | | | |
| ПК 2.3 | Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов. | З.2.3.01 | Знать применяемые средства комплекса ГТО | У.2.3.01 | обрабатывать текстовую и табличную информацию |
| | | З.2.3.02 | Знать ступени комплекса ГТО по статистических данным | У.2.3.02 | Уметь анализировать таблицы, проводить обобщения данных по используемым тестам |
| ПК 2.4 | Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта. | З.2.4.01 | Знать математико-статистическую обработку материалов по полученным результатам тестирования | У.2.4.01 | Уметь обобщать и анализировать результаты тестирования |
| | | З.2.4.02 | Знать процедуру измерения проводимого тестирования | У.2.4.02 | Уметь организовывать процедуру измерения по проводимым испытаниям |
| ПК 2.5 | Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. | З.2.5.01 | Знать структуру каждой ступени ВФСК ГТО | У.2.5.01 | Уметь определить и оценить виды испытаний, нормативы по ступеням ВФСК ГТО |
| | | З.2.5.02 | Знать особенности соревнований по ГТО в рамках тестирования населения по нормам ВФСК | У.2.5.02 | Уметь организовать и провести соревнования по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса |
| | | З.2.5.03 | Знать специфику формирования мотивации и потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни; | У.2.5.03 | Уметь формировать у населения осознанные потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни; |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|---|---|
| | Очная форма обучения |
| Курс/семестр | 2 курс<br>(4 семестр) |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 44 |
| в т. ч.: | |
| Лекции | **20** |
| Практические занятия | **18** |
| Лабораторные занятия | |
| Консультации | |
| Самостоятельная работа | 6 |
| Курсовая работа | |
| в т.ч. в форме практической подготовки | |
| в т.ч. профессионально-ориентированное содержание (для общеобразовательных дисциплин) | |
| Промежуточная аттестация | 4 |
| Форма контроля | Зачет с оценкой |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | Объем в часах | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы | Коды знаний и умений | Объем часов в форме практической подготовки |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Очная форма обучения | | | очная форма обучения |
| *1* | *2* | **3** | *5* | *6* | *7* |
| **Раздел 1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: понятие, содержание, особенности и нормативно-правовое регулирование** | | | | | |
| **Тема 1.1.** Вводная часть. План внедрения ВФСК ГТО<br><br>**Тема 1.2.** Комплекс ГТО: понятие, цели и задачи, структура<br><br>**Тема 1.3.** Нормативно-правовое обеспечение | **Содержание** | **6** | *ОК 1*<br>*ОК 2*<br>*ОК 3*<br>*ОК 4*<br>*ПК 2.1*<br>*ПК 2.2*<br>*ПК 2.3*<br>*ПК 2.4*<br>*ПК 2.5* | З.01.01<br>З.01.02<br>З.02.01<br>З.02.02<br>З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>У.01.01<br>У.01.02<br>У.02.01<br>У.02.02<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01 | |
| | 1. Исторический и научно-практический аспект становления комплекса ГТО. Значение и место комплекса ГТО в системе физического воспитания школьников и студентов, развитие физических качеств и подготовка молодежи к выполнению нормативов комплекса ГТО. Этапы внедрения комплекса. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. №1165-р «План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» | 2 | | | |
| | 2.ГТО система непрерывного физического воспитания. Структурное и содержательное построение нового комплекса ГТО. Организационно-управленческие механизмы внедрения и функционирования комплекса ГТО. Основные понятия. . Цель и задачи введения комплекса ГТО. Принципы построения комплекса ГТО. | 2 | | | |
| | 3.Методологическое и научное основание внедрения комплекса ГТО: базовые документы для разработки комплекса ГТО | 2 | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| реализации ГТО | Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».<br>Нормативные документы субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления по внедрению комплекса ГТО, в соответствии с нормами федерального закона.<br>Положение о ВФСК ГТО.<br>Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»<br>Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» | | | | |
| **Раздел 2. Основные положения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса** | | | | | |
| **Тема 2.1.** Структура комплекса ГТО. Требования к физической подготовленности населения Российской Федерации<br>**Тема 2.2**. Организации процесса и оценки результатов испытаний в контексте комплекса ГТО | **Содержание** | **4** | *ОК 1*<br>*ОК 2*<br>*ОК 3*<br>*ОК 5*<br>*ОК 9*<br>*ПК 2.2*<br>*ПК 2.3*<br>*ПК 2.4*<br>*ПК 2.1*<br>*ПК 2.5* | З.01.01<br>З.01.02<br>З.02.01<br>З.02.02<br>З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>З.2.5.01<br>З.2.2.01<br>У.01.01<br>У.01.02<br>У.02.01<br>У.02.02<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01 | |
| | 1. Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. Ступени ВФКС ГТО. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)<br>Требования к уровню физической подготовленности населения на основании выполнения нормативов испытаний (тестов), рекомендаций к недельной двигательной активности. Виды испытаний ( обязательные тесты и тесты по выбору). | 2 | | | |
| | Физкультурно-спортивные комплексы как составные части физкультурно-спортивных движений, в России на современном этапе, региональные модели комплекса ГТО.<br>Организация и проведение работы по комплексу ГТО в различных возрастных группах. | 2 | | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | У.2.5.01<br>У.2.2.01 | |
| **Раздел 3. Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО** | | **8** | | | |
| **Тема 3.1.** Порядок создания Центров тестирования и положение о них<br>**Тема 3.2**. Требования к оборудованию мест тестирования, допуск испытуемых, обязанности и права участников<br><br>**Тема 3.3**. Судейство соревнований комплекса ГТО» | освоение материалов о порядке создания Центров тестирования и принятого Министерством спорта Российской Федерации положения о них; | 2 | *ОК 1*<br>*ОК 2*<br>*ОК 3*<br>*ОК 5*<br>*ОК 9*<br>*ПК 2.2*<br>*ПК 2.3*<br>*ПК 2.4*<br>*ПК 2.1*<br>*ПК 2.5* | З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>З.2.5.01<br>З.2.2.01<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01<br>У.2.5.01<br>У.2.2.01 | |
| | изучение требований к оборудованию мест тестирования; обеспечение допуска испытуемых к выполнению нормативов комплекса; порядок подачи и приема заявки; обязанности и права участников; заявления и протесты; | 2 | | | |
| | Обязанности и права судей, требования к квалификации спортивных судей, категории судей, судейско-технические комиссии по видам тестирования комплекса ГТО . организация и проведение испытаний по видам тестирования комплекса ГТО | 2 | | | |
| | **В том числе практических и лабораторных занятий** | | | | |
| | **Практическое занятие №1.Регистрация на официальном сайте gto.ru для выполнения нормативов ГТО** | 1 | | | |
| **Раздел 4. Организационно-методические аспекты по проведению видов испытаний** | | **22** | | 6 | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Тема 4.1**. Общие положения проведения тестирования ГТО | Организация работы по комплексу ГТО в различных звеньях, Содержание учебной работы по комплексу ГТО. Роль и место образовательной организации в системе реализации комплекса ГТО | 2 | *ОК 1*<br>*ОК 2*<br>*ОК 3*<br>*ОК 5*<br>*ОК 9*<br>*ПК 2.2*<br>*ПК 2.3*<br>*ПК 2.4*<br>*ПК 2.1*<br>*ПК 2.5* | З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>З.2.5.01<br>З.2.2.01<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01<br>У.2.5.01<br>У.2.2.01 | |
| **Тема 4.2**. Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих в комплекс ГТО | Обработка и анализ результатов тестирования, Врачебно-физкультурный контроль при проведении испытаний (тестов) | 2 | | | |
| **Тема 4.3**. Организация и проведение соревнований по нормативам комплекса ГТО для различных возрастных групп | Судейство соревнований по видам комплекса ГТО, Подведение итогов соревнований | 2 | | | |
| | **В том числе практических и лабораторных занятий** | | | | |
| | **Практическое занятие №1. Выполнение обязательных тестов по определению уровня развития выносливости, соответствующей ступени возраста испытуемого** | **2** | | 2 | |
| | **Практическое занятие №2. Выполнение обязательных тестов по определению уровня развития скоростных возможностей, соответствующей ступени возраста испытуемого** | **2** | | 2 | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **Практическое занятие №3. Выполнение обязательных тестов по определению уровня развития силы и гибкости, соответствующей ступени возраста испытуемого** | **2** | | 2 | |
| | **Практическое занятие №4. Выполнение тестов по выбору по определению уровня развития скоростно- силовых возможностей, соответствующей ступени возраста испытуемого** | **2** | | | |
| | **Практическое занятие №5. Выполнение тестов по выбору по определению уровня развития координационных возможностей, соответствующей ступени возраста испытуемого** | **2** | | | |
| | **Практическое занятие №6. Выполнение тестов по выбору: стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол** | **2** | | | |
| | **Практическое занятие №7. Выполнение тестов по выбору по определению уровня развития силовых возможностей, ( поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 минуту)** | **1** | | | |
| | **Практическое занятие №8. Выполнение тестов по выбору: бег на лыжах** | **2** | | | |
| **Всего:** | | **38** | | | |

## 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Аудитория для проведения лекций, практических занятий, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная набором демонстрационного оборудования.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

### 3.2. Программное обеспечение

Свободно распространяемое программное обеспечение:

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Графический редактор GIMP.
- Интернет обозреватель Firefox
- Интернет обозреватель Chrome

Лицензионное программное обеспечение:

- Система автоматизации учебного процесса «Апекс-вуз».

### 3.3. Требования к учебно-методическому обеспечению

#### 3.3.1. Основная литература (учебники и учебные пособия, предусмотренные ПООП)

**1.** Туревский, И. М. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. М. Туревский, В. Н. Бородаенко, Л. В. Тарасенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11519-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518200 (дата обращения: 26.04.2023).

**2.** 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 (дата обращения: 26.04.2023).

**3.** 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, 2023. — 164 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15477-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/520507 (дата обращения: 26.04.2023).

**3.3.2. Дополнительная литература**

1. Поливаев, А. Г. Организация судейства и проведение соревнований по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, мини-футбол) : учебное пособие для вузов / А. Г. Поливаев. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11446-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517828 (дата обращения: 26.04.2023).

**3.3.3. Рекомендуемая литература (при наличии)**

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]
URL: https://urait.ru/bcode/513286 (дата обращения: 26.04.2023).

**3.3.4 Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы** Методические рекомендации по и в образовательных организациях. (Режим доступа):

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Тема | Вид учебной деятельности | Результаты обучения (знания, умения) | Методы и формы оценки | Рейтинговые баллы | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | минимум | максимум |
| **Тема 1.1.** Вводная часть. План внедрения ВФСК ГТО | Посещение занятий | З.01.01<br>З.01.02<br>З.02.01<br>З.02.02<br>З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>У.01.01<br>У.01.02<br>У.02.01<br>У.02.02<br>У.02.03<br>У.03.01 | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | тест | 4 | 6 |
| | Посещение занятий | | Опрос | 4 | 6 |
| | Контроль результатов освоения | | Тест | 4 | 6 |
| **Тема 1.3.** Нормативно-правовое обеспечение реализации ГТО | Контроль результатов освоения | | тест | 4 | 6 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01 | | | |
| **Тема 2.1.** Структура комплекса ГТО. Требования к физической подготовленности населения Российской Федерации | Посещение занятий | З.01.01<br>З.01.02<br>З.02.01<br>З.02.02<br>З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>У.01.01<br>У.01.02<br>У.02.01<br>У.02.02<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01 | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | тест | 4 | 6 |
| | Контроль результатов освоения | | Практическая работа (ранжирование) | 4 | 6 |
| **Тема 2.2**. Организации процесса и оценки результатов испытаний в контексте комплекса ГТО | Посещение занятий | | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | Тест | 4 | 4 |
| **Тема 3.1.** Порядок создания Центров тестирования и положение о них | Посещение занятий | З.01.01<br>З.01.02<br>З.02.01<br>З.02.02<br>З.02.03<br>З.03.01<br>З.03.02<br>З.04.01<br>З.2.1.01<br>З.2.3.01<br>З.2.4.01<br>У.01.01<br>У.01.02<br>У.02.01<br>У.02.02<br>У.02.03<br>У.03.01<br>У.03.02<br>У.04.01<br>У.2.1.01<br>У.2.3.01<br>У.2.4.01 | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | Оформление УИН | 4 | 4 |
| **Тема 3.2**. Требования к оборудованию мест тестирования, допуск испытуемых, обязанности и права участников | Посещение занятий | | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | тест | 2 | 4 |
| **Тема 3.3**. Судейство соревнований комплекса ГТО» | Посещение занятий | | Опрос | 2 | 4 |
| | Контроль результатов освоения | | тест | 2 | 4 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Тема 4.1**. Общие положения проведения тестирования ГТО | Посещение занятий | З.01.01 З.01.02 З.02.01 З.02.02 З.02.03 З.03.01 З.03.02 З.04.01 З.2.1.01 З.2.3.01 З.2.4.01 У.01.01 У.01.02 У.02.01 У.02.02 У.02.03 У.03.01 У.03.02 У.04.01 У.2.1.01 У.2.3.01 У.2.4.01 | Опрос | 2 | 4 |
| | Выполнение нормативов | | Обязательные испытания | 2 | 4 |
| **Тема 4.2**. Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих в комплекс ГТО | Посещение занятий | | Опрос | 2 | 4 |
| | Выполнение нормативов | | Обязательные испытания | 2 | 4 |
| **Тема 4.3**. Организация и проведение соревнований по нормативам комплекса ГТО для различных возрастных групп | Посещение занятий | | Опрос | 2 | 4 |
| | Выполнение нормативов | | Обязательные испытания | 2 | 4 |
| | | | Всего | 60 | 100 |

**Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. Что такое комплекс ГТО?

2. Зачем нужен комплекс ГТО?

3. Расскажите принципы внедрения комплекса ГТО?

4. Охарактеризуйте этапы внедрения комплекса ГТО**?**

5. Что такое центр тестирования?

6. Зачем нужна регистрация на сайте GTO.RU?

7. Опишите процедуру тестирования тестов по выбору?

8. Расскажите возрастные рамки разных ступеней ГТО?

9. Опишите процедуру тестирования обязательных тестов?

10. Расскажите требования к физической подготовленности населения для выполнения норм ГТО?

11. Раскройте состав судейской бригады для проведения комплекса ГТО?

12. Какие цели и задачи ВФСК ГТО?

13.Опишите тесты по определению уровня развития выносливости

ВФСК ГТО?

14. Опишите тесты по определению уровня развития гибкости ВФСК ГТО??

15. Опишите тесты по определению уровня развития силы ВФСК ГТО??

16. Опишите тесты по определению уровня развития скоростных возможностей ВФСК ГТО??

17. Раскройте структуру ступени ВФСК ГТО?

18. Расскажите о роли образовательной организации в системе реализации ВФСК ГТО??

19. Опишите нормативно-тестирующую часть ВФСК ГТО??

20. Как подразделяются испытания по выбору в соответствии со ступенями структуры ВФСК ГТО ?

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины:**

**Комплект тестов**
по дисциплине «**ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НАСЕЛЕНИЕМ НОРМ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА**»
(наименование дисциплины)

**Тест № 1**
**по теме Основы теории ВФСК ГТО**

**1. В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО?**
А. 1921 году ;
Б. 1931 году;
В. 1935 году;
Г. 1934 году;

**2. Кто может проходить тестирование?**
А. школьники;
Б. студенты;
В. женщины и мужчины;
Г. все вышеперечисленные;

**3. Сколько существует ступеней нормативов ГТО?**
А. 1 ступень;
Б. 5 ступеней;
В.11 ступеней;
Г. 13 ступеней;

**4. Какая возрастная группа охватывает первую ступень?**
А. 5-6 лет;
Б. 6-8 лет;
Г. 8-12 лет;
Д. без ограничений;

**5. Для прохождения тестирования, необходимо иметь при себе следующие документы?**
А. документ, удостоверяющий личность;
Б. медицинский полис;
В. ИНН;
Г. СНИЛС;
Д. медицинская справка;
Е. свидетельство о рождении;

**6. Каких знаков отличия ГТО не существует?**
А. золотой знак
Б. латунный знак;
В. бронзовый знак;
Г. медный знак;

Д. стальной знак;
Е. серебряный знак;

**7. В ГТО обязательным испытанием для 1-4 ступени является?**
А. подтягивание из виса на высокой перекладине;
Б. бег на 60м. (с);
В. плавание;
Г. челночный бег;

**8. На каких принципах основывается Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс?**
А. спортивный комплекс;
Б. добровольность и доступность
В. экономичность;
Г. равноправие женщин и мужчин;
Д. обязательность медицинского контроля;

**9. Кто выпустил с инициативой о возрождении комплекса ГТО в России в современном формате?**
А. руководство страны и региональные руководители;
Б. президент РФ;
В. временное правительство;
Г. министерство спорта РФ.

**10. Награда, вручаемая гражданам России за выполнение нормативов, овладение знаниями и умениями определенных ступеней комплекса ГТО?**
А. медаль;
Б. грамота;
В. знак отличия;
Г. сертификат.

**Тест № 2**
**по теме Основы теории ВФСК ГТО**

**1. Кто может быть участником ВФСК ГТО?**
А. граждане РФ от 5 до 70 лет и старше;
Б. граждане РФ от 4 до 79 лет и старше;
В. граждане РФ от 6 до 70 лет и старше;
Г. граждане РФ от 6 до 70 лет.

**2. Какова масса гири при выполнении нормативов рывок гири в ГТО?**
А. 10 кг;
Б. 16кг;
В.18 кг;
Г. 20;

**3. Масса спортивного снаряда при выполнении норматива метание снаряда на дальность?**

А. 500 гр. и 700гр.;
Б. 500 гр. и 600гр.;
В. 500 гр. и 800гр.;
Г. 500 гр. и 900гр.;

**4. Количество зачетных выстрелов при выполнении норматива стрельба?**
А. 3;
Б. 5;
В. 7;
Г. 10;

**5. Кто стал инициатором возрождения программы ГТО?**
А. Александр Карелин;
Б. Дмитрий Медведев;
В. Владимир Путин;
Г. Сергей Иванов.

**6. За какое время мужчина 18-29 лет должен пробежать 100м, чтобы получить золотой знак ГТО?**
А. 13 секунд;
Б. 14 секунд;
В. 15 секунд;
Г. 16 секунд.

**7. Какое произведение советского времени содержит следующие строки: «Знак ГТО на груди у него, больше не знают о нем ничего» ?**
А. «Тимур и его команда», А.П. Гайдар;
Б. «Дядя Степа», С.В. Михайлков;
В. «Рассказ о неизвестном герое», С.Я. Маршак;
Г. «Мойдодыр», К.И. Чуковский.

**8. Все, без исключения, представители какой профессии в СССР имели золотые знаки ГТО?**
А. Инженеры;
Б. Шахтеры;
В. Летчики;
Г. Космонавты.

**9. В каком возрасте можно получить знак ГТО?**
А. от 18 до 40 лет;
Б. от 10 до 25 лет;
В. от 6 до 70 лет и старше;
Г. возрастных ограничений нет.

**10. Кто разработал первый проект значка ГТО в советское время?**
А. 15-летний школьник В. Токтаров;
Б. художник М.С. Ягужинский;
В. Полковник Н.В. Копылов;
Г. Генсек ЦК КПСС Л.И. Брежнев.

**Тест № 3**

**по теме Основы теории ВФСК ГТО**

**1. Назовите максимальную дистанцию по плаванию в рамках современных нормативов ГТО?**

А. 25 метров;
Б. 50 метров;
В. 100 метров;
Г. 150 метров;

**2. Как называлась система, на базе которой в СССР было основано физкультурное движение ГТО?**

А. Спартакиада
Б. Всезнал;
В. Всеобуч;
Г. Общеспорт.

**3. В виде какой детали была сделана основа первого значка ГТО?**

А. Гайка;
Б. Шестеренка;
В. Шарнир;
Г. Подпипник.

**4. Как британская газета Таймс назвала советский комплект ГТО?**

А. секретное оружие;
Б. тайный шифр;
В. советская загадка;
Г. программа будущего.

**5. Как называлась IV ступень комплекса ГТО в СССР?**

А. Спортивный образ жизни;
Б. Физические совершенство;
В. Быстрее, выше, сильнее!;
Г. Труд и отдых;

**6. В каком году в России был подписан указ о возрождении норм ГТО?**

А. 2014;
Б. 2012;
В. 2007;
Г. 2008.

**7. Как расшифроваться аббревиатура ГТО?**

А. Готов трудиться и обучаться;
Б. Горжусь тобой, Отечество!;
В. Готов к труду и обороне.

**8. Какой хват должен быть при подтягивании?**

А. Нижний;
Б. Верхний;
В. Разноименный.

**9. Норматив сгибание – разгибание рук в упоре лежп у юношей V ступени на золотой значок?**

А. 31 раз;
Б. 42 раза;
В. не сдается.

10. В какой последовательности необходимо проводить сдачу норм ГТО?
А. бег на 3000м, стрельба, подтягивание, прыжок в длину и тд.
Б. наклон, прыжок в длину, подтягивание и тд.
В. бег 2000м, плавание, бег 1000м, стрельба и тд.

**Тест № 4**
**по теме Основы теории ВФСК ГТО**

**Участники V ступени ВФСК ГТО – это…?**
А. Все учащиеся школы;
Б. Учащиеся 9 – 11 классов;
В. Учащиеся от 16 до 17 лет;
Г. Учащиеся от 13 до 15 лет;
**2. Какое количество видов испытаний (тестов) содержится для участников V возрастной группы?**
А. 12
Б. 13
В. 14
Г. 15
**3. Какое количество обязательных видов испытаний (тестов) необходимо выполнить участникам V ступени ВФСК ГТО?**
А. 4
Б. 5
В. 6
Г. 7
**4. Какие прыжки есть в испытаниях (тестах) по выбору для участников V ступени ВФСК ГТО?**
А. Прыжок в длину с разбега;
Б. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
В. Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
Г. Прыжок в высоту с разбега.
**5. Какое количество испытаний (тестов) по выбору содержится для участников V ступени ВФСК ГТО?**
А. 8
Б. 9
В. 10
Г. 11
**6. Какой вид обязательных испытаний (тестов) в V возрастной группе есть у и юношей и девушек одновременно?**
А. Подтягивание из виса на высокой перекладине;
Б. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см;
В. Рывок гири 16кг;
Г. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу.
**7. Какого вида испытаний (тестов) нет в испытаниях (тестах) по выбору в V ступени ВФСК ГТО ?**
А. Челночный бег 3х10м;
Б. Плавание на 50м;
В. Самозащита без оружия;

Г. Метание спортивного снаряда (турбоснаряд) весом 150г.

**8. Если участник выполнил все нормативы ГТО на «золотой» знак отличия и один из видов на «бронзовый», то какой знак отличия присваивается?**

А. Золотой;
Б. Серебряный;
В. Бронзовый;
Г. Никакой знак отличия не присваивается.

**9. За какое время выполняется испытание (тест) по выбору поднимание туловища из положения лёжа на спине?**

А. 30 секунд;
Б. 1 минута;
В. 1 минута 30 секунд;
Г. 2 минуты.

**10. Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения «золотого» знака отличия ВФСК ГТО в рамках V ступени?**

А. 7;
Б. 8;
В. 9;
Г. 10.

**Правильные ответы :**

**1 – В ;**
**2 – Б;**
**3 – А;**
**4 – В;**
**5 – Б;**
**6 – Г;**
**7 – Г;**
**8 – В;**
**9 – Б;**
**10 – В.**

**Тематика контрольных работ**

Не предусмотрено

**Тематика курсовых работ**

Не предусмотрено

## 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Методические указания для самостоятельной работы студентов

**Структура и содержание самостоятельной работы по дисциплине (очная форма обучения)**

| Тема | Содержание | Форма отчётности | Трудоемкость |
|---|---|---|---|
| Тема 1.1. Вводная часть. План внедрения ВФСК ГТО | Раскрыть и характеризовать этапы внедрения ВФСК ГТО. | Письменная работа | 1 |
| Тема 1.3. Нормативно-правовое обеспечение реализации ГТО | Название и значение базовых документы для разработки комплекса ГТО | Письменная работа | 1 |
| Тема 2.1. Структура комплекса ГТО. Требования к физической подготовленности населения Российской Федерации | Описать ступени ВФСК ГТО. | Письменная работа | 1 |
| Тема 2.2. Организации процесса и оценки результатов испытаний в контексте комплекса ГТО | Представить результаты тестов на все значки по своей возрастной ступени. | Письменная работа | 1 |
| Тема 3.3.Судейство соревнований комплекса ГТО» | Состав судейской бригады и функции для проведения соревнований по ГТО | Письменная работа | 1 |
| Тема 4.2.Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих в комплекс ГТО | Описание процедуры тестирования | Письменная работа | 1 |
| Всего | | | 6 |

## 5.2. Использование интерактивных методов обучения

| наименование разделов и тем | интерактивные методы обучения | направление программы воспитания |
|---|---|---|
| **Раздел 1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: понятие, содержание, особенности и нормативно-правовое регулирование** | творческие задания, тестирования | Реализация интеллектуального потенциала, Профессиональная мотивация |
| **Раздел 2. Основные положения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса** | творческие задания, тестирования | Реализация интеллектуального потенциала, Профессиональная мотивация |
| **Раздел 3. Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО** | тестирования | Реализация интеллектуального потенциала, Профессиональная мотивация |
| **Раздел 4. Организационно-методические аспекты по проведению видов испытаний** | тестирования | Реализация интеллектуального потенциала, Профессиональная мотивация |

**СПРАВОЧНАЯИНФОРМАЦИЯ**

| **Интерактивные методы обучения:** | **Основные направления программы воспитания:** |
|---|---|
| – круглый стол (дискуссия, дебаты); | – гражданско-патриотическое и правовое направление |
| – деловые и ролевые игры; | – духовно-нравственное и культурно- эстетическое направление |
| – метод проектов; | – спортивно-оздоровительное направление; волонтерское (добровольческое) направление |
| – дидактическая игра; | – профессионально-трудовое направление |
| – решение проблемных задач и др. | – студенческое самоуправление |
| – мозговой штурм; | – научно-образовательное направление |
| – анализ конкретных ситуаций; | – экологическое направление. |
| – мастер-классы; | |
| – тренинг; | |
| – внеконтексные операции с понятиями; | |
| – решение проблемных задач и др | |