

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Института физического  
воспитания и спорта

Чорноштан А. Г.

« 05 » февраля 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Прикладные виды спорта

Направление подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями)»

Профиль подготовки Физическая культура. Начальная военная подготовка

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

Курс 5 курс

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины «Прикладные виды спорта» является частью основной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», Профиль «Физическая культура. Начальная военная подготовка» очной формы обучения.


Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства науки и образования Российской Федерации от 22.02.2018 № 125 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 г. № 544н (с изм. от 25.12.2014).

СОСТАВИТЕЛЬ: доцент кафедры спортивных дисциплин, кандидат педагогических наук, доцент Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» Крайнюк Ольга Поликарповна

Утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин.

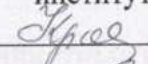
Протокол от «26» января 2024 г. № 4.

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин

 Шкурин А.И.

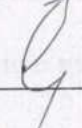
Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта протокол от «31» января 2024 г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

 Крайнюк О.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

 Савенков В.В.

### **1.1. Цель и задачи дисциплины:**

1. Цель освоения дисциплины «Прикладные виды спорта» – сформировать систему базовых знаний о прикладных видах спорта, которые выросли из хозяйственной или иной деятельности человека, не были придуманы искусственно в сфере ФКС, в объеме, необходимом для дальнейшего использования их в профессиональной деятельности.

**Задачами** освоения дисциплины являются:

1. Развивать профессиональное мышление и значимые личностные качества выпускников;
2. Формировать систему прикладных знаний об основах организации и проведения учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в различных прикладных видах двигательной деятельности;
3. Обучить умению реализовывать прикладные навыки в профессиональной деятельности.

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

Курс дисциплины «Прикладные виды спорта» входит в предметно-методический модуль обязательной части блока 1 с шифром Б1.О.10.03 профессиональных дисциплин.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

**Знания:** о прикладных аспектах при выполнении физических упражнений, индивидуальных, групповых и командных действиях; правилах соревнований в прикладных видах спорта; средствах и методах их обучения технике и тактике их совершенствования; методике судейства соревнований и методах измерения и оценки соревновательной и тренировочной деятельности; планировании учебной работы по прикладным видам ФКС, на уроках физической культуры и работы спортивной секций; организации занятий прикладными видами спорта во внеучебное время;

**Умения:** 1) использовать приобретённые знания в профессиональной деятельности; 2) проводить спортивные мероприятия по прикладным видам спорта; 3) осуществлять качественный анализ проведенных мероприятий; 4) планировать содержание и процесс обучения без нарушений техники безопасности; 5) создавать с помощью слова и показа у учащихся знания и представления о безопасной технике выполнения движений; 6) контролировать и оценивать безопасное выполнение технических приемов; 7) критически анализировать и корректировать свою деятельность по обучению техническим приёмам прикладных видов спорта.

Содержание дисциплины является логическим продолжением лекционно-практического курса по другим дисциплинам: Психология и педагогика; Теория физической культуры и спорта; Психология физической культуры и спорта; Физическая культура и спорт. Лекционный курс по модулю дисциплины основан

на системном подходе и учитывает междисциплинарный характер учебного материала.

Основным результатом практического освоения дисциплины является сформированная готовность выпускника осуществлять педагогическую деятельность с использованием всего арсенала знаний и умений в прикладной области физической культуры и спорта. Занятия по дисциплине «Прикладные виды спорта» предназначены для подготовки выпускника педагогического вуза к решению типовых задач профессионально-прикладной деятельности, соответствующих действующим Государственным образовательным стандартам.

Изучение курса «Прикладные виды спорта» в педагогическом вузе служит основой для :

- теоретической подготовки, представленной знаниями прикладной двигательной деятельности, положений, издаваемых Министерством просвещения;

- практической подготовки,, реализуемой на практических занятиях посредством изучения и выполнения практических заданий.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине соотнесённых с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикаторы достижения	Результаты обучения по дисциплине
УК-8 - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности прикладных видов спорта в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>1) прикладные аспекты проведения спортивно-массовых мероприятий;</li> <li>2) организация научно-исследовательской работы по профессионально-прикладной физической культуре и спорту;</li> </ul> <p>ТБ при организации и проведении соревнований по прикладным видам спорта.</p>
	УК-8.2	<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 1) определять причины ошибок, возникших в ходе занятий, связанных с нарушениями ТБ уметь их прогнозировать и находить возможности их устранения;</li> </ul> <p>формулировать конкретные задачи, планировать и проводить занятия по основным прикладным видам</p>

		физических упражнений с различными группами учащихся, учитывая особенности занимающихся.
	УК-8.3	<b>Владеет навыками:</b> – 1) в проведении профилактической работы по предупреждению травматизма при занятиях прикладными видами спорта; 1) в организации и проведении научно-исследовательской и научно-методической работы по профессионально-прикладной подготовке согласно организационно-методическим требованиям; в оказании первой помощи при травмах на занятиях.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

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

Вид учебной работы	Объем часов (зач.ед.)
	Очная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	72 (2 зач.ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	48
Лекции	24
Практические занятия	24
Самостоятельная работа студента (всего)	44
Контроль СР	4
Оценивание	зачёт

##### 4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

###### ЛЕКЦИИ

Тема 1. Прикладные навыки, формируемые в двигательной деятельности. Физические упражнения прикладного характера. Понятие «Прикладные виды спорта», признаки, условия признания. Реестр признанных

видов спорта. Классификация прикладных видов спорта. Прикладные виды спорта традиционные для ЛНР.

**Примеры комплексных прикладных видов спорта:** военно-спортивные игры; авиационный спорт; конный спорт; парашютный спорт; самолётный спорт; военно-прикладные виды спорта; служебно-прикладные виды спорта; летние прикладные многоборья; зимние прикладные многоборья; зимние прикладные виды спорта; авто-мотоспорт; военно-спортивное многоборье; армейский рукопашный бой, полоса препятствий ОКУ. Детские виды спортивно-патриотических игр: «Зарница», «Орлёнок» и др.

**Прикладные водные виды спорта:** прикладное плавание (преодоление водных преград, ныряние и прыжки в воду, спасение утопающих). Способы **прикладного плавания:** брасс на спине, плавание на боку, спортивные способы (в первую очередь брасс) и различные комбинированные варианты; плавание в открытой воде, гребной спорт.

**Тема 2. Стрелковый спорт:** стрельба пулевая; стрельба из лука; стендовая стрельба; Дартс; стрелковые многоборья, лазертаг, пейнтбол, страйкбол, хардбол, электронные виды стрельбы, файертаг.

**Комплекс ГТО.** Физкультурно-спортивные клубы, и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию прикладных видов комплекса ГТО. Базовые виды спорта ГТО, формирующие прикладные навыки. Прикладные виды спорта в ГТО.

**Многоборья спасателей МЧС,** спасательный спорт, соревнования кинологов и служебных собак. Пожарно-прикладной спорт.

**Тема 3. Туризм** прикладной; кросс по пересечённой местности; спортивное ориентирование.

**Скалолазание:** Боулдеринг – серия коротких сложных трасс, лазание на скорость, индивидуальное лазание, парная гонка, лазание на трудность, лазание-дуэль, многоборье.

**Рыболовный спорт:** ловля спиннингом с берега, ловля донной удочкой, ловля поплавочной удочкой.

#### 4.3. Практические занятия

	Содержание занятий	Количество часов
1.	Общеразвивающие физические упражнения прикладного характера.	2
2.	Кроссовые дистанции прикладного характера.	2
3.	Военно-спортивные контрольные	2

	упражнения. Полоса препятствий ОКУ.	
4.	Зарница.	2
5.	Военно-патриотическая игра «Юные защитники Отечества».	2
6.	Проведение военно-патриотической игры «Разведчики».	2
7.	Военно-спортивные соревнования.	2
8.	Проведение военно-спортивных соревнований «Есть, встать в строй!»	2
9.	Проведение военно-спортивных соревнований «Меткий стрелок.	2
10.	Прикладные эстафеты.	2
11.	Прикладное плавание.	2
12.	Стрелковый спорт. Комплекс ГТО.	2
.	Всего:	24

**4.4.** Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

#### **4.5. Самостоятельная работа студентов**

<b>№</b>	<b>Название темы</b>	<b>Вид СРС</b>	<b>Объем часов 44 ч. Очная форма</b>
1.	Двигательные способности. Гибкость и методика её развития прикладными видами спорта.	оформление отчета	
2.	Координационные, скоростные способности и методика их развития прикладными видами спорта.	оформление отчета	
3.	Выносливость и методика ее развития прикладными видами спорта.	оформление отчета	
4.	Средства и методы регуляции психофункционального состояния человека занятиями прикладными	оформление отчета	

	видами спорта.		
5.	Методика профессионально-прикладной физической подготовки.	оформление отчета	
6.	Психофизическая тренировка современного человека прикладными физическими упражнениями.	оформление отчета	
7.	Борьба «Самбо» в комплексе ГТО.	оформление отчета	
8.	Комплекс ГТО.	оформление отчета	
9.	Реестр признанных видов спорта ЛНР. Классификация прикладных видов спорта.	оформление отчета	
10.	Авиационный спорт; парашютный спорт; самолётный спорт.	оформление отчета	
11.	Конный спорт;.	оформление отчета	
12.	Военно-прикладные виды спорта.	оформление отчета	
13.	Служебно-прикладные виды спорта;.	оформление отчета	
14.	Летние прикладные многоборья; зимние прикладные многоборья;	оформление отчета	
15.	Авто-мотоспорт.	оформление отчета	
16.	Военно-спортивное многоборье.	оформление отчета	
17.	Армейский рукопашный бой.	оформление отчета	
<b>Всего:</b>			44
<b>Контроль СРС</b>		оформление отчета	4

#### 4.6. Курсовые работы не предусмотрены.



## 5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

*Педагогические технологии:* игровые технологии, проблемное обучение, педагогика сотрудничества; технология индивидуализации обучения (И.Э.Унт, А.С. Границкая, В.Д. Шадриков); технология групповой деятельности (И.Б. Первин).

*Личностно-ориентированные технологии:* технология коллективной мыследеятельности; технология учебного проектирования; технология развития критического мышления учащихся (Дж. Стил, К. Мередит, Ч. Темпл).

*Работа в команде:* совместная работа студентов в группе при проведении учебной практики на практических занятиях.

## 6. Формы контроля освоения дисциплины

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах: выполнение практических заданий;

- написание документации по организации прикладным физкультурным и спортивно-массовых мероприятий
- проведение учебной практики.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины включает в себя ответы на теоретические вопросы и выполнение практических заданий. Итоговый контроль проходит в форме зачёта.

### Система оценивания учебных достижений студентов

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
<b>Семестр А (10 семестр)</b>	
Составление комплексов прикладных ОРУ и подводящих упражнений, согласно правильной записи упражнений.	20
Проведение физкультурно-прикладных и спортивно-массовых мероприятий.	20
Посещение региональных физкультурно-прикладных и спортивно-массовых мероприятий	20
Зачёт	20
<b>Итого за семестр:</b>	<b>100</b>

**Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале**

<b>Четырехбал- льная система оценивания экзамена</b>	<b>100- балльная шкала</b>	<b>Буквенная шкала, соответствующая  100-балльной шкале</b>	<b>Система  оценивания  зачета</b>
Отлично	<b>90–100</b>	<b>А</b> – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	<b>83–89</b>	<b>В</b> – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	<b>75–82</b>	<b>С</b> – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетво- рительно	<b>63–74</b>	<b>Д</b> – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	

Удовлетворительно	<b>50–62</b>	<b>Е</b> – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	<b>21–49</b>	<b>FX</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	<b>0–20</b>	<b>F</b> – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

## 7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

### а) основная литература:

1. Виды и тенденции развития туризма [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Назаркина В.А., Владыкина Ю.О., Воротникова Е.Ю. - Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785778224377.html>. (ЭБС).

2. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" [Электронный ресурс] / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970436592.html>. (ЭБС)

3. Общая теория *спорта* и ее *прикладные* аспекты [Электронный ресурс] : учебник для вузов физической культуры и *спорта* / Л.П. Матвеев. - 6-е изд. - М. : Спорт, 2019. Режим доступа: <https://library.geotar.ru/book/ISBN9785907225008.html>. (ЭБС).

4. Теоретические и методические основы профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих [Электронный ресурс] : монография / Тё С.Ю., Тё С.Э. - Омск : СибГУФК, 2019. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785604159569.html>. (ЭБС).

5. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс] / Р.В. Чернышева, А.Л. Димова - М. : Советский спорт, 2004. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5981560223.html>. (ЭБС).

#### **б) дополнительная литература:**

1. Физическая культура и спорт трудящихся / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. – Москва : Советский спорт, 2015. – 172 с. (ЭБС).

2. Гришина, Ю. И. Физическая культура студента : учеб. пособие / Ю. И. Гришина. - Ростов н/Д : Феникс, 2019. - 283 с. (Высшее образование)

3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. - Изд. 8-е, испр. - Ростов н/Д : Феникс, 2012. - 444 с. (Высшее образование) - ISBN 978-5-222-19464-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента".

4. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях [Текст] / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. – М.: Арсенал образования, 2018. – 393 с.

#### **в) Интернет-ресурсы:**

1) <http://www.fks.unn.ru/wp-content/uploads/sites/13/2020/03/ulovistova.pdf>

2) [www.sportzone.ru](http://www.sportzone.ru)

### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины будут использованы мультимедийные средства; наборы слайдов и кинофильмов. Лекционные занятия: комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук,) и т.п. Практические занятия: презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/ п	Дата внесения изменений /и дополнений	Основание	Содержание изменения  и дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (Фамилия, инициалы, подпись)	Директор / декан (Фамилия, инициалы, подпись)