

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.

« 01 » февраля 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Организация спортивно-массовой работы

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

Профиль подготовки Физическая культура. Начальная военная подготовка

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

Курс 2 курс

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины «Организация спортивно-массовой работы» 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.

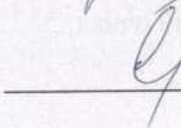
Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта протокол от «31» января 2024 г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

 Крайнюк О.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

 Савенков В.В.

**1. Цели и задачи дисциплины** – сформировать у будущего специалиста комплекс знаний и умений, отражающих здоровьесберегающий и здоровьеразвивающий аспекты физической культуры и спорта; обеспечить освоение системы знаний в области физкультурно-оздоровительных технологий, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности в сфере спортивно-массовой работы и в области физической культуры; научить подбирать и использовать основные критерии диагностики процесса адаптации организма человека к физическим нагрузкам с использованием современных технологий для управления процессом спортивно-массовой работы; научить вырабатывать стратегию, моделировать построение физкультурной и спортивно-массовой деятельности с учетом генотипологических особенностей (индивидуально-типологических особенностей, физического состояния) занимающихся.

***Задачи курса:***

- ознакомить с организацией спортивно-массовой работы в детских оздоровительных и образовательных учреждениях, которая позволяет охватить все возрастные категории детей и учитывает их интересы и потребности в занятиях физической культурой;
- ознакомить студентов с методикой организации и проведения спортивно-массовых мероприятий;
- раскрыть и реализовать творческие способности студентов, формировать у студентов гражданскую позицию;
- развивать, обучать и воспитывать студентов посредством приобщения личности к освоению ценностей физической культуры;
- разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства спортивно-массовой деятельностью;
- разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения спортивно-массовых мероприятий с различными возрастными группами населения.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «**Организация спортивно-массовой работы**» относится к предметно-методическому модулю обязательной части блока профессиональных дисциплин. Индекс дисциплины Б1.О.10.02.

Курс связан со следующими учебными дисциплинами направления «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»: История физической культуры и спорта; Психология и педагогика; Теория физической культуры и спорта; Биология; Психология физической культуры и спорта; Физическая культура и спорт.

*Необходимыми условиями* для освоения дисциплины являются:

***Знания*** про:

- теоретические основы и методику планирования спортивно-массовой

работы на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;

- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;

- виды спорта и средства физического воспитания; технику выполнения физических упражнений, индивидуальных, групповых и командных действиях; правила соревнований; средства и методы обучения технике и тактике игры и их совершенствования; методы измерения и оценки уровня соревновательной и тренировочной нагрузки.

**Умения:**

- планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

- разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований;

- определять пути самосовершенствования педагогического мастерства;

- отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры в организации спортивно-массовой работы.

**Владеть навыками:**

- анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих процесс организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;

- планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий;

- изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки;

- организации физкультурной и спортивно-массовой деятельности.

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

Код по ФГОС ВО	Индикаторы достижения	Результаты обучения по дисциплине
ОПК-2 - Способен осуществлять педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения межпредметных, предметных и личностных	ОПК-2.1	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– теоретические основы и методику планирования спортивно-массовой работы на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>– основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере физической культуры и спорта;</li><li>– виды спорта и средства физического воспитания; технику выполнения физических упражнений, индивидуальных, групповых и командных действиях;</li></ul>

результатов		правила соревнований; средства и методы обучения технике и тактике игры и их совершенствования; методы измерения и оценки уровня соревновательной и тренировочной нагрузки.
	ОПК-2.2	<b>Умеет:</b> – планировать организацию и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; – разрабатывать методические документы на основе макетов, образцов, требований; – определять пути самосовершенствования педагогического мастерства; – отбирать наиболее эффективные средства и методы физической культуры в организации спортивно-массовой работы.
	ОПК-2.3	<b>Владеет навыками:</b> – анализа учебно-методических материалов, обеспечивающих процесс организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; – планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий и занятий; – изучения и анализа профессиональной литературы, выступлений по актуальным вопросам спортивной и оздоровительной тренировки; – организации физкультурной и спортивно-массовой деятельности.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

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

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)
	Очная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108 (3,0 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:</b>	<b>36</b>
Лекции	22
Практические занятия (в том числе интерактив)	14
Контрольные работы (модули)	27
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>45</b>
Итоговая аттестация	зачёт

## **4.2. Содержание разделов дисциплины**

### **Лекции**

**Раздел 1.** Задачи, содержание, формы и организационно-методические особенности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Цели и задачи массового физического воспитания.

**Лекция № 1.** Концептуальные основы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении. Подходы и принципы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях.

**Лекция № 2.** Теоретические основы организации и подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий. Формы и методы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях. Физкультурные мероприятия в режиме дня.

**Лекция № 3.** Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа с детьми и подростками.

**Лекция № 4.** Двигательная активность и ее роль в физическом развитии подрастающего человека. .

**Лекция № 5.** Закаливание как средство повышения адаптационных возможностей организма подрастающего человека.

### **Раздел 2. Массовая спортивная работа.**

**Лекция № 1.** Внеклассные формы занятий физической культурой и спортом.

**Лекция № 2.** Работа в группах общей физической подготовки. Учебно-тренировочные занятия в кружках.

**Лекция № 3.** Планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в школе.

**Лекция № 4.** Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно - массовые мероприятия. Спартакиада.

**Раздел 3.** Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в оздоровительном лагере.

**Лекция № 1.** Организация физкультурно-оздоровительной спортивно-массовой работы в детских лагерях отдыха. Организация физкультурно-спортивного праздника в лагере.

**Лекция № 2.** Туристская работа в лагере.

## **4.3. Практические занятия**

<b>№ п/п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Объем часов</b>
		<b>Очная форма</b>
1	Задачи, содержание, формы и организационно-методические особенности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.	2



2	Формы и методы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях. Физкультурные мероприятия в режиме дня.	2
3	Массовая спортивная работа.	2
4	Учебно-тренировочные занятия в кружках.	2
5	Планирование физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в оздоровительном лагере.	2
6	Спортивные праздники и соревнования. Туристская работа в оздоровительных лагерях.	2
7	Общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивно - массовые мероприятия. Проведение Спартакиады.	2
	<b>Всего</b>	<b>14</b>

#### 4.4. Лабораторные работы (не предусмотрены)

#### 4.5. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов
			Очная форма
1	Составить комплексы упражнений гимнастики до занятий и физкультминутки.	Конспект,	3
2	Составить сценарии проведения спортивного часа в группе продлённого дня.	реферат	3
3	Составить план работы по туристической работе в школе и лагере отдыха.	конспект	3
4	Составить сценарии проведения игр «Зарница» и «Орлёнок».	Реферат	3
5	Составить сценарии проведения «Весёлых стартов».	Реферат	3
6	Составить план-сетку физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в лагере отдыха	конспект	3
7	Планирование спортивной работы в ДЮСШ	письменно	3
8	Составить сценарий проведения «Дня здоровья» для учащихся 1-4, 5-9, 10-11 классов	Реферат	3
9	Физическая нагрузка: критерии, классификация, соотношение нагрузки и отдыха. Закономерности и особенности развития растущего организма. Возрастная периодизация. Сенситивные и критические периоды, их	Реферат	3

	учет при занятиях физической культурой и спортом.		
10	Разработать маршруты туристического похода с учётом возрастных особенностей детей и уровнем их подготовленности.	План-конспект	3
11	Аэробика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий.	Реферат	3
12	Атлетическая гимнастика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий.	Реферат	3
13	Шейпинг как научная комплексная система оздоровительной физической культуры: принципы, дозирование нагрузки, направленность тренировки, тестирование, питание и т.д.	Реферат	3
14	Характеристика стретчинг-системы: задачи, средства, особенности занятий.	Реферат	3
15	Понятие тренировки в фитнесе: задачи, средства, особенности проведения с детьми.	Реферат	3
<b>Итого:</b>			<b>45</b>

#### **4.7. Курсовые работы (не предусмотрены).**

### **5. Методическое обеспечение, образовательные технологии**

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала. Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов ***образовательных технологий***:

***К традиционным технологиям*** относят лекционно-семинарскую систему (форму) обучения: сначала учебный материал преподносится лекционным методом, а затем прорабатывается (усваивается) на практических и самостоятельных занятиях, и результаты усвоения проверяются в форме, контрольных работ, зачета.

Традиционным видом занятия является комбинированный урок со следующей структурой: организационный этап; этап проверки домашнего



задания; этап всесторонней проверки знаний; этап усвоения новых знаний; этап закрепления новых знаний; этап информации и инструктаж по выполнению домашнего задания.

**Инновационные технологии** – обучение на основании освещения передового опыта, инновационного движения и научных разработок. При чтении курса могут быть использованы следующие виды:

– *педагогика сотрудничества* – гуманно-личностный подход к студенту; *игровые технологии*:

– ролевые игры, деловые игры, игровое моделирование, тренинги, имитации;

– педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса: программированное обучение, открытое обучение, свободное развитие, самореализация, на основе самоуправления, технология уровневой дифференциации, коллективный способ обучения, групповые технологии;

– *информационные технологии в системе образования*: технология мультимедиа (интеграция аудиовизуальной информации (текст, графика, анимация) и представление ее на экране; интерактивный диалог пользователя с системой, самостоятельная деятельность по обработке информации), интерактивные лекции с применением мультимедийной технологии обучения, интернет-уроки, телеконференции, работа с поисковыми системами, совместные исследовательские работы студентов из различных учебных центров (метод проектов), дистанционное обучение.

При преподавании курса особенно активно используются игровые технологии и активные методы обучения. Для этого используются *следующие методические приемы*.

*Лекция – беседа* – непосредственный контакт преподавателя с аудиторией – диалог. По ходу лекции преподаватель задает вопросы для выяснения мнений и уровня осведомленности студентов по рассматриваемой проблеме.

*Лекция – дискуссия* – свободный обмен мнениями в ходе изложения лекционного материала. Преподаватель активизирует участие в обсуждении отдельными вопросами, сталкивает между собой различные мнения и тем самым развивает дискуссию, стремясь направить ее в нужное русло.

*Лекция с применением обратной связи*. В начале и конце каждого раздела лекции задаются вопросы. Первый для того, чтобы узнать насколько, студенты осведомлены в излагаемом материале, вопрос в конце раздела предназначен для выяснения степени усвоения только что изложенного материала. При неудовлетворительных результатах контрольного опроса преподаватель

возвращается к уже прочитанному разделу, изменив при этом методику подачи материала.

*Проблемная лекция.* Данный вид лекции опирается на логику последовательно моделируемых проблемных ситуаций путем постановки проблемных вопросов или предъявления проблемных задач. Проблемный вопрос – это диалектическое противоречие, требующее для своего решения размышления, сравнения, поиска приобретения и применения новых знаний. Проблемная задача – содержит дополнительную вводную информацию и при необходимости некоторые ориентиры поиска ее решения.

*Программированная лекция* – консультация – преподаватель сам составляет и предполагает обучаемым вопросы. На подготовленные вопросы преподаватель сначала просит ответить студентов, а затем проводит анализ и обсуждение неправильных ответов. В ходе проведения лекции достаточно эффективными являются следующие приемы активизации познавательной деятельности обучаемых: логико-композиционные (инверсия, контрастное сопоставление, интригующее начало, прерывистое изложение тезиса, экспрессивное заключение); психолого-педагогические (привлекательная форма объявления лекции, проблематизация ее содержания, вопросно-ответный ход рассуждений, рассмотрение проблемных ситуаций, опора на неопровержимые факты и убедительные примеры, использование литературных образов и цитат); речевые (использование разносторонней лексики; художественность изложения, интонационная выразительность и пр.); аудиовизуальные (использование структурно-логических схем, таблиц, графиков, кинофрагментов, картин, плакатов, видеозаписей, аудиозаписей, материализованных моделей изучаемых объектов). Активные формы забирают 70% времени занятия. Интерактивные – 30%.

## **6. Формы контроля освоения дисциплины.**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателями, ведущими практические занятия по дисциплине в следующих формах: устный опрос, подготовка отчёта и рефератов.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачёта (включает в себя доклад с электронной презентацией и ответы на теоретические вопросы).

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе дисциплины (приложении).

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

### **а) основная литература:**

1. Массовая физическая культура и оздоровление населения // Вестник спортивной науки № 6, 2015 [Электронный ресурс] / - М. : Спорт, 2015. – <http://www.studentlibrary.ru/book/VSN201506.html>. (ЭБС)

2. Основы планирования в системе физической культуры и спорта системы дополнительного образования// Технология планирования образовательного и тренировочного процесса по физической культуре и спорту в системе дополнительного образования [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Мельникова Ю.А., Мельников К.В. – Омск : СибГУФК, 2020. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785919301462.html>. (ЭБС)

3. Спортивно-массовая работа : // 75 лет кафедре "Физическое воспитание" МГТУ им. Н.Э. Баумана / Э.И. Борисов; под ред. Ю.В. Нечушкина. – М. : Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2009. – 127, [37]. (ЭБС)

4. Сладкова Н.А., Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / Сладкова Н.А. – М. : Советский спорт, 2012. - 216 с. – ISBN 978-5-9718-0591-5 – Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. – URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805915.ht>. – Режим доступа : по подписке.

5. Шамардин А.И., Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением : учебное пособие / А.И. Шамардин, В.Д. Фискалов, Ю.А. Зубарев, В.П. Черкашин; под общ. ред. В.Д. Фискалова – М. : Советский спорт, 2013. – 464 с. – ISBN 978-5-9718-0628-8 – Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. – URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806288.html> . – Режим доступа : по подписке.

### **б) дополнительная литература:**

1. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Текст] : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Виленский М. Я. ; А. Г. Горшков. – М. : Гардарики, 2007. – 218 с. ISBN 978-5-8297-0316-5

2. Мельникова Н.Ю., История физической культуры и спорта : учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин; под ред. проф. Н.Ю. Мельниковой – М. : Советский спорт, 2013. – 392 с. – ISBN 978-5-9718-06134 – Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. – URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806134.html> . – Режим доступа : по подписке.

3. Фридман. Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха. – М. : Просвещение, 1991. – 207 с.: ил. ISBN 5-09-003315-3

4. Доменко Ю.Н. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры и компонент здорового образа жизни / Ю.Н. Доменко, А.П. Фёдоров, Д.П. Сидельников // Донецкие чтения 2018: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности [Текст]. – 2018. – Т. 6 : Педагогические науки. – С. 311–314.

5. Старостина А.В. Физическая культура – средство самооздоровления детей [Текст] / А.В. Старостина, М.В. Канин, В.Ю. Кисельников // Физическая культура в школе. – 2008. – № 5. – С. 28-30.

6. Савко Э.И. Физическая культура и её оздоровительная направленность в учреждении образования / Э.И. Савко, И.Н. Юрченя // Актуальные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: теория и практика [Текст]. – 2018. – С. 72–87.

7. Физическая культура [Текст] : учеб. пособие для студентов сред. проф. учеб. заведений / ; [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев]. – 8-е изд., стер. – М. : Академия, 2008. – 176 с. ISBN 978-5-7695-5659-3.

**в) интернет-ресурсы:**

1. Методика физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы [Электронный ресурс] : учебно-методические рекомендации / Н.Б. Павлюк. – Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2009. <http://www.rucont.ru/efd/199276?cldren=0>.

2. Макеева В.С. [Электронный ресурс]: Теория и методика физической культуры / В.С. Макеева. – Орел : ГТУ. – 2009. 160 с. <http://www.rucont.ru/efd/14205?cldren=0>.

3. Лутовина Е.Е. [Электронный ресурс] : Дневник вожакого / Р.Н. Разяпова, Е.Е. Лутовина. – Оренбург : ОГПУ, 2007 <http://www.rucont.ru/efd/172211?cldren=0>.

## **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 изменения /дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий кафедрой (ФИО)	Директор/дек ан (ФИО)