



**Автономная некоммерческая организация
высшего образования «Открытый институт»**

"УТВЕРЖДАЮ"

Ректор _____ Д.А. Котов

" ____ " _____ года



Спортивные секции
Рабочая программа

*Направление/специальность: Информатика и вычислительная
техника*

Форма обучения: заочная

*г. Цхинвал
2019*

Оглавление

Общие сведения о дисциплине	3
Цель, задачи дисциплины, результаты обучения	4
Содержание (программа курса)	5
Распределение учебного времени по видам занятий	7
Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся	8
Фонд оценочных средств	9
Перечень основной и дополнительной литературы	16
Перечень информационных технологий, ПО, информационных систем	17
Описание материально-технической базы	18
Методические указания по изучению курса	19
Сведения о принятии, обновлении/внесении изменений	20

ИНФОРМАТИКА И ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА

Дисциплина: "Спортивные секции"

Общие данные

Трудоемкость		
Общая трудоемкость в часах	328	Цикл ООП: Дисциплины по выбору
Общая трудоемкость в ЗЕ	-	

Учебная работа							
Виды учебной работы	Всего часов	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	5 курс	6 курс
Лекции	4	4	-	-	-	-	-
Практические занятия	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	320	320	-	-	-	-	-
Лабораторная работа	-	-	-	-	-	-	-
КСР	4	4	-	-	-	-	-

Форма и курс промежуточной аттестации							
Зачет/Экзамен		3					

Цель дисциплины: Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха; формирование устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; обучение технике и тактике спортивных игр; развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); формирование необходимых теоретических знаний; воспитание моральных и волевых качеств.

Результаты обучения по дисциплине (курсу)

В результате изучения дисциплины (курса) обучающийся должен:

- **Знать** следующие теоретические положения дисциплины: Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий спортом; Общая физическая подготовка; Общая характеристика сторон подготовки спортсмена; Организация и проведение соревнований по различным видам спорта; Правила судейства соревнований по различным видам спорта; Психологическая подготовка спортсмена; Развитие спортивных секций в России и за рубежом; Соревновательная деятельность; Специальная физическая подготовка; Тактическая подготовка спортсмена; Техническая подготовка спортсмена; Физическая подготовка спортсмена
- **Уметь**
 - * Использовать специальные методы для достижения профессиональных задач;
 - * Применять полученную теоретическую базу в практической деятельности и при освоении смежных дисциплин;
- **Владеть**
 - * Навыками разрешения профессиональных проблем, опираясь на полученные знания и умения в указанной предметной области;

ИНФОРМАТИКА И ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА

Дисциплина: "Спортивные секции"

Тематический план

Раздел 1. Развитие спортивных секций в России и за рубежом

Раздел 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена

Раздел 3. Физическая подготовка спортсмена

Раздел 4. Техническая подготовка спортсмена

Раздел 5. Тактическая подготовка спортсмена

Раздел 6. Психологическая подготовка спортсмена

Раздел 7. Соревновательная деятельность

Раздел 8. Организация и проведение соревнований по различным видам спорта

Раздел 9. Правила судейства соревнований по различным видам спорта

Раздел 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий спортом

Раздел 11. Общая физическая подготовка

Тема 1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, футболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск)

Тема 2. Подвижные игры

Тема 3. Эстафеты

Тема 4. Полосы препятствий

Тема 5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты)

Раздел 12. Специальная физическая подготовка

Тема 1. Упражнения для развития быстроты движений спортсмена

Тема 2. Упражнения для развития специальной выносливости спортсмена

Тема 3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств спортсмена

Тема 4. Упражнения для развития ловкости спортсмена

ЛЕКЦИИ

1 КУРС

Лекция № 1. К разделам учебной программы:

к разделу № 1. Развитие спортивных секций в России и за рубежом

к разделу № 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена

2 часа

Лекция № 2. К разделам учебной программы:

к разделу № 3. Физическая подготовка спортсмена

к разделу № 4. Техническая подготовка спортсмена

2 часа

**Перечень учебно-методического обеспечения для
самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

1. Методические указания по решению задач, направленных на проверку конкретных результатов обучения
2. Типовая рабочая тетрадь дисциплины

Спортивные секции

Фонд оценочных средств

Образцы заданий для оценки знаний, умений, навыков:

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Организация по безопасности и сотрудничеству в Европе
- Упражнения для развития быстроты движений спортсмена
- Физическая подготовка спортсмена
- Имидж лидера и персонала
- Предмет и задачи курса.

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Технологии программирования
- Тактическая подготовка спортсмена
- ОБЩАЯ СХЕМА РАСЧЕТА ЦЕНЫ
- Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты)
- Обоснование необходимости формирования и развития ЕИОС

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Полиция
- Упражнения для развития быстроты движений спортсмена
- Эстафеты
- Техническое обеспечение занятий
- Служба WWW

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск
- Подвижные игры
- Переговорные стили.
- Участие третьей стороны в разрешении конфликта.
- Роль общения со сверстниками в социализации молодежи

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Методы стандартизации
- Упражнения для развития быстроты движений спортсмена
- Как мы “делаем” бессмертие
- Психологическая подготовка спортсмена
- Некоторые особенности внедрения СРО Занкова в практику

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Теоретическая подготовка
- Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск
- Упражнения для развития специальной выносливости спортсмена
- Управление конфликтом
- Основные принципы ввода и оформления документов в текстовом редакторе Word.

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Гуманизм, либерализм и свобода
- Тактическая подготовка спортсмена
- Нервная система
- Социальные группы (семья, коллектив, слой, этнос, нация...)
- Полосы препятствий

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Субъекты и объекты собственности
- Классификация юридических лиц
- Классификация текущих затрат
- Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств спортсмена

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Научный стиль. Специфика элементов всех языковых уровней в научной речи
- Организация и проведение соревнований по различным видам спорта
- Уход за спецодеждой
- Организация внутреннего контроля за деятельностью кредитных организаций на финансовых рынках
- Упражнения для развития быстроты движений спортсмена

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Основные функции менеджмента
- Эстафеты
- Предпосылки феодальной раздробленности Киевской Руси
- Физическая подготовка спортсмена
- Педагогическая (или тактическая) задача

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Упражнения для развития специальной выносливости спортсмена
- Общая характеристика сторон подготовки спортсмена
- Гипотеза
- Способы защиты прав граждан
- Бинарные отношения и функции

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Физическая подготовка спортсмена
- Правовое положение вольноотпущенников
- Назначение и сущность ВТО. Параметры ВТО.
- Общая характеристика сторон подготовки спортсмена
- Основы физикохимии растворов биополимеров

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Подростковый кризис
- Аудит расчетов по оплате труда и соблюдения трудового законодательства
- Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты)
- Алиментные обязательства
- Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Общая характеристика сторон подготовки спортсмена
- Основные экономические категории: доходы; расходы; прибыль; основной и оборотный капитал
- Оценка отгестированности проекта: метрики и методика интегральной оценки
- Информационная модель предприятия.
- Развитие спортивных секций в России и за рубежом

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Формирование доходов бюджетов
- Концентрация производства: сущность, формы, показатели
- Правила судейства соревнований по различным видам спорта
- Реактивные состояния (психозы, неврозы)
- Полосы препятствий

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Тактическая подготовка спортсмена
- Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты)
- Устойчивость индивидуальных различий в скорости формирования представлений и образов
- Сознательное и неосознаваемое в мотивации. Проекция
- Развод

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Определение параметров естественной освещенности зданий
- Оценки коэффициентов нелинейных регрессионных моделей
- Эстафеты
- Объектно-ориентированное программирование
- Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты)

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО КОНТРОЛЮ ЗА ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ПЕРЕДАННЫХ СУБЪЕКТАМ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПОЛНОМОЧИЙ ПО ЛИЦЕНЗИРОВАНИЮ
- Упражнения для развития специальной выносливости спортсмена
- ЭМПАТИЧЕСКОЕ СЛУШАНИЕ
- Расчет площади световых проемов производственных зданий при боковом или верхнем естественном освещении помещений
- Психологическая подготовка спортсмена

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, ск
- Политические интересы социальных групп. Лоббизм в политической жизни России
- Эстафеты
- Костюм и мода Феодалного Востока. Культурное влияние на моду
- Шинная архитектура компьютера

Отметьте темы, относящиеся к настоящей дисциплине:

- Русский национальный язык и его разновидности
- Концепция А.Р. Лурии и его последователей о мозговых организациях целостной психической деятельности
- Упражнения для развития быстроты движений спортсмена
- Стратегии изучения развития
- Общая характеристика сторон подготовки спортсмена

Перечень основной и дополнительной литературы



СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР. Учебное пособие для академического бакалавриата

Семёнова Г. И. ; под науч. ред. Еркомайшвили И.В., Издательство:
М.:Издательство Юрайт, 2018 г., ISBN: 978-5-534-07547-2

В учебном пособии раскрыты основные понятия, критерии, этапы и особенности отбора и ориентации для занятий различными видами спорта. Отражены вопросы по развитию и измерению физических качеств, необходимых для успешного совершенствования в избранном виде спорта. Представленные в книге рисунки и таблицы помогут получить более полное представление о процедуре тестирования детей, подростков и юношей с целью выявления спортивных способностей.

**Перечень информационных технологий,
ПО, информационных систем**

1. Персональный компьютер с OS MS Windows и подключением к Интернет
2. Пакет Open Office
3. Internet explorer
4. Электронная библиотечная система iprbookshop.ru
5. Мультимедиа-проектор
6. Информационно-правовая система

Описание материально-технической базы

1. Оборудованный учебный кабинет
2. Мультимедиа-проектор с экраном/доской
3. Усилитель звука
4. Компьютерный класс с ПК (OS MS Windows, дополнительным ПО, гарнитурами) и подключением к Интернет
5. Библиотечный фонд, включая ЭБС

Распределение самостоятельной работы по видам

Подготовка к занятиям	290
Подготовка ответов по ФОС	12
Рабочая тетрадь	6
Подготовка курсовой работы	-
Решение задач практикума	-
Изучение литературы	4
Методическая работа	2
Изучение нормативной базы	-
Работа с узловыми темами	2
Научно-исследовательская работа	4

Сведения о принятии, обновлении/внесении изменений

1. 09.03.2017 г. Ответственный: Котов Д.А.

2. 05.09.2018 г. Ответственный: Котов Д.А.

**ИНФОРМАТИКА И ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА:
«СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ»**

ИНФОРМАТИКА И ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА: «СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ»
