

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Амурский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной  
работе

                    Лейфа                    А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
«ВСЕРОССИЙСКИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС "ГОТОВ К  
ТРУДУ И ОБОРОНЕ"»

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями  
подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы – Физическая культура и  
дополнительное образование Спортивная подготовка

Квалификация выпускника – Бакалавр

Год набора – 2023

Форма обучения – Очная

Курс     1     Семестр     2    

Зачет 2 сем

Общая трудоемкость дисциплины 108.0 (академ. час), 3.00 (з.е)

Составитель О.В. Юречко, доцент, канд. пед. наук

Факультет социальных наук

Кафедра психологии и педагогики



Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта ВО для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.18 № 125

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

01.09.2023 г. , протокол № 1

Заведующий кафедрой Лейфа А.В. Лейфа

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

Чалкина Н.А. Чалкина

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

Лейфа А.В. Лейфа

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

Петрович О.В. Петрович

« 1 » сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр цифровой трансформации и  
технического обеспечения

Тодосейчук А.А. Тодосейчук

« 1 » сентября 2023 г.

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Цель дисциплины:**

формирование у студентов компетенций, связанных с умением поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)». Подготовка к реализации и преподаванию ГТО в различных звеньях системы физического воспитания, в том числе дополнительного образования.

### **Задачи дисциплины:**

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что студент должен

Знать:

- исторические этапы становления и развития системы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО);
- систему функционирования Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО);
- основные формы организации подготовки обучающихся к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО);
- технику выполнения упражнений комплекса ГТО;
- общие и специальные санитарно- гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Уметь:

- применять на практике знания об исторических этапах становления и развития системы Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) и его современное состояние;
- обеспечить подготовку обучающихся к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО);
- организовать текущий контроль за уровнем физической подготовленности обучающихся при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- выполнять упражнения нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и соотносить их с результатами профессиональной деятельности;
- предупреждать случаи травматизма во время выполнения нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Владеть:

- методами формирования двигательных действий, прикладных умений Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
- методикой развития основных физических качеств для подготовки участников к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);
- навыками оказания первой помощи при проведении испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
- методами и концептуальными подходами, в том числе информационно-аналитическими в соответствии с тенденциями и перспективами развития Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО**

Дисциплина «Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс ГТО» входит в блок 1 части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений

(элективные дисциплины) образовательной программы (ОП) «Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)». Дисциплина «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс Готов к труду и обороне» реализуется на первом году обучения и тесно связана с профессиональными дисциплинами «Анатомия человека», «Гимнастика с методикой преподавания», «Плавание с методикой преподавания». Дисциплина «Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс ГТО» служат теоретической и практической основой для освоения ряда дисциплин образовательной программы, таких как «Теория и методика спортивной тренировки», «Физкультурно- спортивные сооружения», «Физкультурно-оздоровительная работа в учреждениях различного типа», «Теория и организация дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта» и др. Полученные в процессе освоения знания, умения и навыки могут быть использованы при написании выпускной квалификационной работы.

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**

#### **3.1. Универсальные компетенции и индикаторы их достижения**

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 УК-7 Знать: основы здорового образа жизни и здоровьесберегающие технологии ИД-2 УК-7 Уметь: использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности ИД-3 УК-7 Владеть: навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, соблюдает нормы здорового образа жизни

### **4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3.00 зачетных единицы, 108.0 академических часов.

1 – № п/п

2 – Тема (раздел) дисциплины, курсовая работа (проект), промежуточная аттестация

3 – Семестр

4 – Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)

4.1 – Л (Лекции)

4.2 – Лекции в виде практической подготовки



	требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»												
6	Самостоятельная подготовка к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	2	2		2							6	Опрос
7	Организация и проведение тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	2	2		6							12	Опрос
8	Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Оборудование и инвентарь.	2	2		6							10	Опрос
9	Судейство соревнований комплекса ГТО	2	2		6							5.8	Конспект. Работа в малых группах
10	Зачет	2							0.2				зачет
	Итого			18.0	34.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0		55.8	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Лекции

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
1	История становления и развития Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	История становления и развития ГТО. Научно-методические основы внедрения комплекса ГТО. Влияние различных факторов физического развития и функционального состояния отдельных систем организма на выполнение нормативов испытаний комплекса ГТО.
2	Место и значение Всероссийского	Место и значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

	физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания	в системе физического воспитания. Организация физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе для подготовки обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО
3	Нормативно- правовые аспекты функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в РФ на современном этапе. Основное законодательство, регулирующие правовые основы физической культуры и спорта в России, является Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29.04.1999 г. № 80-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 10.01.2003 г. № 15-ФЗ, от 20.12.2004 г. № 167-ФЗ).
4	Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Нормативно-тестирующая часть комплекса ГТО. Основы обучения технике выполнения видов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»
5	Методические и практические особенности выполнения требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Методика подготовки к выполнению требований комплекса ГТО по видам, включенным в комплекс. Выбор тренировочной нагрузки и ее распределение. Методическое обеспечение форм физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы по пропаганде комплекса ГТО в школе
6	Самостоятельная подготовка к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Основные гигиенические требования и способы контроля при регулярных занятиях физической культурой. Самоконтроль при самостоятельной подготовке к выполнению требований Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Основные методы, показатели
7	Организация и проведение тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Порядок медицинского осмотра лиц для определения допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «ГТО». Организация фестивалей, акций и школьных мероприятий, направленных на подготовку обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО. Организационно- методические основы проведения тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
8	Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Оборудование и инвентарь.	Оказание первой помощи при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Спортивные базы. Оборудование и инвентарь. Порядок создания центров тестирования и положение о них.
9	Судейство соревнований	Судейство соревнований комплекса ГТО.



	комплекса ГТО	Подготовка и проведение соревнований. Работа секретариата. Судейские бригады по видам спорта. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО
--	---------------	---

## 5.2. Практические занятия

Наименование темы	Содержание темы
История становления и развития Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История становления и развития ГТО.</li> <li>2. Научно- методические основы внедрения комплекса ГТО.</li> <li>3. Влияние различных факторов физического развития и функционального состояния отдельных систем организма на выполнение нормативов испытаний комплекса ГТО.</li> </ol>
Место и значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ГТО в системе физического воспитания всех возрастных групп</li> <li>2. Организация физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе для подготовки обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО</li> </ol>
Нормативно- правовые аспекты функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в РФ на современном этапе. Основное законодательство, регулирующие правовые основы физической культуры и спорта в России, является Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29.04.1999 г. № 80-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 10.01.2003 г. № 15-ФЗ, от 20.12.2004 г. № 167-ФЗ).
Содержание Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нормативно-тестирующая часть комплекса ГТО.</li> <li>2. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»</li> <li>3. Основы обучения технике выполнения видов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»</li> </ol>
Методические и практические особенности выполнения требований Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методика подготовки к выполнению требований комплекса ГТО по видам, включенным в комплекс.</li> <li>2. Выбор тренировочной нагрузки и ее распределение.</li> <li>3. Методическое обеспечение форм физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой работы по пропаганде комплекса ГТО в школе</li> </ol>
Самостоятельная подготовка к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные гигиенические требования и способы контроля при регулярных занятиях физической культурой.</li> <li>2. Самоконтроль при самостоятельной подготовке к выполнению требований Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».</li> <li>3. Основные методы, показатели самоконтроля</li> </ol>
Организация и проведение тестирования обучающихся в рамках Всероссийского	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Порядок медицинского осмотра лиц для определения допуска по состоянию здоровья к выполнению нормативов Всероссийского</li> </ol>

физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	<p>физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».</p> <p>2. Организация фестивалей, акций и школьных мероприятий, направленных на подготовку обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО.</p> <p>3. Организационно-методические основы проведения тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»</p>
Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Оборудование и инвентарь.	<p>1. Оказание первой помощи при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО».</p> <p>2. Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО.</p> <p>3. Места проведения испытаний.</p> <p>4. Спортивные базы. Оборудование и инвентарь.</p> <p>5. Порядок создания центров тестирования и положение о них.</p>
Судейство соревнований комплекса ГТО	<p>1. Судейство соревнований комплекса ГТО.</p> <p>2. Подготовка и проведение соревнований.</p> <p>3. Работа секретариата.</p> <p>4. Судейские бригады по видам спорта.</p> <p>5. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО.</p> <p>6. Проведение соревнований по ГТО (практика)</p>

## 6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Трудоемкость в академических часах
1	История становления и развития Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Чтение специальной литературы Подготовка реферата	2
2	Место и значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания	Чтение специальной литературы. Подготовка к опросу	2
3	Нормативно-правовые аспекты функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного	Подготовка к опросу. Подготовка опорного конспекта	8

	комплекса «Готов к труду и обороне»		
4	Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Чтение специальной литературы. Подготовка презентации	4
5	Методические и практические особенности выполнения требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Чтение специальной литературы. Подготовка к практическим занятиям	6
6	Самостоятельная подготовка к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Чтение специальной литературы. Подготовка к практическим занятиям	6
7	Организация и проведение тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	Чтение специальной литературы. Подготовка к практическим занятиям	12
8	Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Оборудование и инвентарь.	Чтение специальной литературы. Подготовка к практическим занятиям	10
9	Судейство соревнований комплекса ГТО	Чтение специальной литературы. Конспект	5.8

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются различные сочетания видов контактной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности студентов

для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

На лекционных и практических занятиях используются активные и интерактивные формы проведения занятий (проблемная лекция, анализ конкретных ситуаций, задачный метод, групповая работа).

При работе используется диалоговая форма ведения лекций с постановкой и решением проблемных задач, обсуждением дискуссионных моментов и т.д.

При проведении практических занятий создаются условия для максимально самостоятельного выполнения заданий. При проведении практических занятий используется работа в малых группах, с освоением методики тестирования по комплексу ГТО. Используются задания на выработку технических и методических навыков. Для успешного проведения практических занятий студенты разрабатывают методические конспекты, которые подлежат обязательной проверке преподавателем. Каждый обучающийся должен продемонстрировать свои компетенции (знания, умения и навыки) в роли преподавателя на практическом занятии.

Любое практическое занятие включает самостоятельную проработку теоретического материала и изучение методики решения практических задач. Некоторые задачи содержат элементы научных исследований, которые могут потребовать углубленной самостоятельной проработки теоретического материала.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы по данной дисциплине преподавателю рекомендуется использовать следующие ее формы: конспектирование темы по вопросам; выполнение индивидуального домашнего задания; выполнение практических заданий для самостоятельной проработки студентами; самостоятельное изучение темы; составление конспектов занятий, подготовка рефератов, презентации; подготовка раздаточного материала; выполнение тренировочных упражнений; выполнение реконструктивной самостоятельной работы; выполнение творческой самостоятельной работы; подготовка к индивидуальному собеседованию.

## **8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций, а также методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков отражены в фонде оценочных средств по дисциплине «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО».

Оценивание по дисциплине «Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс ГТО» осуществляется на основе оценки теоретических знаний, практических навыков и методических умений.

Критерии оценки на зачете.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если:

- 1) вопросы раскрыты, изложены логично, без существенных ошибок;
- 2) показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами;
- 3) продемонстрировано усвоение ранее изученных вопросов, сформированность компетенций, устойчивость используемых умений и навыков. Допускаются незначительные ошибки.

Оценка «не зачтено» выставляется, если:

- 1) не раскрыто основное содержание учебного материала;
- 2) обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;
- 3) допущены ошибки в определении понятий, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;
- 4) не сформированы компетенции, умения и навыки.

## Критерии оценки реферата

Оценка 5 ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 4 – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка 3 – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка 2 – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Оценка 1 – реферат студентом не представлен.

Критерий оценки презентации: полнота и наглядность презентации, рассматриваемой проблемы и умение кратко и доказательно комментировать представленный материал. Умение точно и кратко изложить свою точку зрения и вести дискуссию (установление и поддержание контакта с аудиторией, эффективный диалог и пр.). Качество и креативность презентационных материалов (визуализация, использование рисунков; таблиц, схем, матриц, диаграмм, и т. п.). Командная работа: групповая сплоченность команды: адекватное распределение ролей при подготовке и проведении презентации: эффективное командное взаимодействие. Подготовка к презентации в аудитории.

- оценка «зачтено» выставляется, если кратко и доказательно комментируется представленный материал, установлен и поддерживается контакт с аудиторией. Презентационный материал содержит таблицы, диаграммы и т.п. Прослеживается эффективное командное взаимодействие.

- оценка «не зачтено» выставляется, если презентационный материал имеет не достаточную визуализацию, студент не может изложить свою точку зрения по рассматриваемой проблеме, вести дискуссию. В работе команды нет распределения обязанностей и нет взаимовыручки.

Примерные темы рефератов и презентаций по дисциплине «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО»

1. Опыт регионов по моделированию и технологическому обеспечению процессов внедрения комплекса ГТО.

2. Особенности самостоятельной подготовки студентов к выполнению требований комплекса ГТО

3. Значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в разные исторические периоды (1930-2023) (на выбор студента)

4. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (описание на выбор студента):

- первая ступень - от 6 до 7 лет;
- вторая ступень - от 8 до 9 лет;
- третья ступень - от 10 до 11 лет;
- четвертая ступень - от 12 до 13 лет;
- пятая ступень - от 14 до 15 лет;
- шестая ступень - от 16 до 17 лет;
- седьмая ступень - от 18 до 19 лет;
- восьмая ступень - от 20 до 24 лет;

- девятая ступень - от 25 до 29 лет;
- десятая ступень - от 30 до 34 лет;
- одиннадцатая ступень - от 35 до 39 лет;
- двенадцатая ступень - от 40 до 44 лет;
- тринадцатая ступень - от 45 до 49 лет;
- четырнадцатая ступень - от 50 до 54 лет;
- пятнадцатая ступень - от 55 до 59 лет;
- шестнадцатая ступень - от 60 до 64 лет;
- семнадцатая ступень - от 65 до 69 лет; восемнадцатая ступень - от 70 лет и старше."

Демонстрация тестирование (шестая ступень - от 16 до 17 лет, седьмая ступень - от 18 до 19 лет) по правилам соревнований ГТО.

Критерии оценки в малых группах (методическая подготовка)

- полнота и правильность ответа.
- степень осознанности, понимания изученного.
- языковое оформление ответа.

Оценка «5» или при рейтинговой системе 5 баллов - задание студентами выполнено полностью, показано глубокое знание материала

Оценка «4» или при рейтинговой системе 4 балла - задание студентами выполнено с незначительными ошибками, показано хорошее знание материала

Оценка «3» или при рейтинговой системе 3 балла - задание студентами выполнено с ошибками, показано слабое знание материала.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. История становления развития Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
2. Место и значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания
3. Нормативно- правовые аспекты функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
4. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
5. Методические и практические особенности выполнения требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
6. Самостоятельная подготовка в выполнении требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
7. Организация и проведение тестирования обучающихся в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
8. Организация и проведение тестирования в рамках комплекса ГТО. Места проведения испытаний. Оборудование и инвентарь.

Вопросы к зачету по дисциплине «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО»

1. История становления развития Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
2. Место и значение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания
3. Нормативно- правовые аспекты функционирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
4. Специфика и принципы проектирования деятельности государственных органов в направлении популяризации спорта и здорового образа жизни в РФ.
5. Методологическое и научное основание внедрения комплекса ГТО: базовые документы для разработки комплекса ГТО.
6. Структурное и содержательное построение комплекса ГТО. Организационно-

- управленческие механизмы внедрения и функционирования комплекса ГТО.
7. Научное, методическое, кадровое, информационно-пропагандистское обеспечение комплекса ГТО. Нормативно-правовое и методическое обеспечение комплекса ГТО.
  8. Меры безопасности при проведении всех форм физической подготовки.
  9. Структура комплекса ГТО. Требования к физической подготовленности населения.
  10. Требования к организации процесса и оценке результатов испытаний в контексте комплекса ГТО.
  11. Информационно-пропагандистское обеспечение физической культуры и спорта.
  12. Основополагающие документы, базовые программы и модели, регулирующие деятельность комплекса ГТО.
  13. Программирование условий подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО.
  14. Порядок создания центров тестирования и положение о них.
  15. Требования к оборудованию и инвентарю для мест тестирования, допуск испытуемых, заявки, обязанности и права участников, заявления и протесты.
  16. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по легкой атлетике.
  17. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по гимнастике.
  18. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по спортивной стрельбе.
  19. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по лыжному спорту.
  20. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по плаванию.
  21. Инвентарь и оборудование для проведения испытаний по туризму.
  22. Подготовка и проведение соревнований. Работа секретариата.
  23. Подготовка и проведение соревнований. Судейские бригады по видам спорта.
  24. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО в легкой атлетике.
  25. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по гимнастике.
  26. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по спортивной стрельбе.
  27. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по лыжному спорту.
  28. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по плаванию.
  29. Судейство соревнований по видам испытаний в комплексе ГТО по туризму.
  30. Медицинское обеспечение соревнований. Подведение итогов соревнований.
  31. Перечень ошибок при тестировании нормативных требований.
  32. Организация физкультурно- оздоровительной и спортивно- массовой работы в школе для подготовки обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО.

## **9. УЧЕБНО- МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **а) литература**

1. Виноградов, П. А. Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству / П. А. Виноградов, А. В. Царик, Ю. В. Окуньков. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 234 с. — ISBN 978-5-906839-79-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: [https:// www.iprbookshop.ru/63650.html](https://www.iprbookshop.ru/63650.html) (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Всероссийский физкультурно- спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы / Н. В. Паршикова, В. В. Бабкин, П. А. Виноградов, В. А. Уваров ; под редакцией В. Л. Мутко. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 208 с. — ISBN 978-5-9907239-9-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55552.html> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Комплекс ГТО как основа физкультурно- оздоровительной и спортивно- массовой работы в школе : учебно- методическое пособие / С. А. Давыдова, А. Р. Галеев, Н. И. Синявский, А. В. Фурсов. — Нижневартовск : Нижневартовский государственный

университет, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-00047-612-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/118981.html> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Морозов, А. И. Методические основы подготовки школьников к сдаче норм комплекса ГТО : учебно- методическое пособие / А. И. Морозов, В. В. Андреев. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2016. — 89 с. — ISBN 978-5-98452-132-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70480.html> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/70480>

5. Организация и подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) : учебное пособие / С. И. Крамской, Д. Е. Егоров, И. А. Амельченко [и др.]. — Белгород : Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2017. — 128 с. — ISBN 978-5-361-00577-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/80430.html> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Организация и проведение норматива испытаний (тестов) ВФСК ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков» : учебное пособие / Т. А. Кравчук, И. А. Зданович, Е. В. Гинжун, Д. С. Кошелев. — Омск : СибГУФК, 2017. — 60 с. — ISBN 978-5-91930-079-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/118601> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. 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: 03.04.2023).

8. Самостоятельная подготовка студентов к выполнению норм комплекса ГТО : учебно- методическое пособие / составители А. В. Русаякина. — Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИИХ», 2018. — 42 с. — ISBN 978-5-7014-0891-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87159.html> (дата обращения: 03.04.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
1	Операционная система Linux	GNU-лицензия (GNU General Public License)
2	Автоматизированная информационная библиотечная система «ИРБИС 64»	Лицензия коммерческая по договору №945 от 28 ноября 2011 года.
3	Электронная библиотечная система «IPRbooks» <a href="http://www.iprbookshop.ru">www.iprbookshop.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами



4	Электронная библиотечная система «Юрайт» <a href="https://urait.ru">www. https:// urait.ru</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
5	Электронная библиотечная система «Лань» <a href="https://e.lanbook.com/book">https:// e.lanbook.com/book</a>	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
6	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно- аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин
2	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ).	Система предназначена для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук

### 10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, а также текущего контроля и промежуточной аттестации.

Для практических занятий используется спортивный зал физкультурно-оздоровительного комплекса, оснащенного необходимым оборудованием и инвентарем.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации для большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия, соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно- библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Перечень материально- технического обеспечения включает лекционные аудитории (оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть в Интернет), помещения для проведения практических занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотеку (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет), компьютерные классы. Учебный процесс обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно- образовательную среду университета».