Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева»

Центр дополнительного образования

Утверждаю
Проректор по учебной работе
_____ Д.Е. Иванов
«___» _____ 20__ г.

Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации

«Общая теория движений»

Форма обучения: заочная форма обучения с применением дистанционных образовательных технологий

Чебоксары
2018

1. **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** изучение актуальных проблем обучения и совершенствования движений человека в физической культуре и спорте, путей организации обучающих воздействий.

2. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:** в результате освоения программы у слушателей должны быть сформированы следующие компетенции:

- обеспечивать совершенствование спортивной техники, моделирование и конструирование ее наиболее рациональных вариантов;
- выявлять закономерности совершенствования двигательных действий;
- сформировать теоретические и методические знания, практические умения и навыки, необходимые для самостоятельной педагогической и тренерской деятельности при работе с различными контингентами занимающихся.

3. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Учебный план
программы повышения квалификации
«Общая теория движений»

Категория слушателей: работники учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивного профиля, преподаватели физической культуры в учреждениях среднего и высшего образования.

Срок обучения 72 ч.
Форма обучения: заочная с применением дистанционных технологий.

№№	Наименование разделов, дисциплин и тем	Ф.И.О., ученая степень, должность	Занятия с применением ДОТ	Формы контроля
1.	**Модуль 1.** Эволюционные аспекты движения живых организмов	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	**10**	
2.	1.1. Общая теория движений как основа для изучения и обучения движениям	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
3.	1.2. История изучения движений	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
4.	1.3. Движение как способ выживания через удовлетворение потребностей, нужд	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
5.	1.4. Движение как преобразование энергии	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
6.	1.5. Преобразование энергии в двигательных действиях	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
7.	**Модуль 2.** Механические аспекты реализации двигательной функции	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	**8**	
8.	2.1. О силах в движениях человека	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
9.	2.2. О роли гравитации в движениях человека	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
10.	2.3. Роль и сущность опоры в движениях	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
11.	2.4. Вес тела как общий знаменатель	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
12.	**Модуль 3.** Функциональные аспекты обеспечения движения живых систем	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	**6**	

13.	3.1. Эволюционные аспекты анатомии, физиологии и движения живых систем	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
14.	3.2. Инвариантная физиология	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
15.	3.3. Мышцы как связь тела с опорой	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
16.	**Модуль 4.** Методические аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	**16**	
17.	4.1. Поза и смена опор	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
18.	4.2. Характеристика проблемы	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
19.	4.3. Роль техники в тренировочном процессе	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
20.	4.4. Обучение движению	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
21.	4.5. Ключевые позы легкоатлетических упражнений	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
22.	4.6. Обучение технике бега	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
23.	4.7. Обучение технике прыжков	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
24.	4.8. Обучение технике метаний	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
25.	**Модуль 5.** Психологические и ментальные аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	**12**	
26.	5.1. Восприятие движения	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
27.	5.2. Ощущения и восприятие	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
28.	5.3. Визуальные образы движения	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
29.	5.4. Роль мышления в освоении движений	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
30.	5.5. Движение и действие	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование
31.	5.6. Гибкость в действии	Пьянзин А.И., д.п.н., проф., зав. каф. ТОФВ	2	Тестирование

Учебно-тематический план
Программы повышения квалификации
«Общая теория движений»

№№ п/п	Наименование разделов	Всего, ч.	В том числе		
			лекции	практические и лабораторные работы	самостоятельные работы
1.	**Модуль 1.** Эволюционные аспекты движения живых организмов	**10**	**10**		
2.	1.1. Общая теория движений как основа для изучения и обучения движениям	2	2		
3.	1.2. История изучения движений	2	2		
4.	1.3. Движение как способ выживания через удовлетворение потребностей,	2	2		

	нужд				
5.	1.4. Движение как преобразование энергии	2	2		
6.	1.5. Преобразование энергии в двигательных действиях	2	2		
7.	**Модуль 2.** Механические аспекты реализации двигательной функции	**8**	**8**		
8.	2.1. О силах в движениях человека	2	2		
9.	2.2. О роли гравитации в движениях человека	2	2		
10.	2.3. Роль и сущность опоры в движениях	2	2		
11.	2.4. Вес тела как общий знаменатель	2	2		
12.	**Модуль 3.** Функциональные аспекты обеспечения движения живых систем	**6**	**6**		
13.	3.1. Эволюционные аспекты анатомии, физиологии и движения живых систем	2	2		
14.	3.2. Инвариантная физиология	2	2		
15.	3.3. Мышцы как связь тела с опорой	2	2		
16.	**Модуль 4.** Методические аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	**16**	**16**		
17.	4.1. Поза и смена опор	2	2		
18.	4.2. Характеристика проблемы	2	2		
19.	4.3. Роль техники в тренировочном процессе	2	2		
20.	4.4. Обучение движению	2	2		
21.	4.5. Ключевые позы легкоатлетических упражнений	2	2		
22.	4.6. Обучение технике бега	2	2		
23.	4.7. Обучение технике прыжков	2	2		
24.	4.8. Обучение технике метаний	2	2		
25.	**Модуль 5.** Психологические и ментальные аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	**12**	**12**		
26.	5.1. Восприятие движения	2	2		
27.	5.2. Ощущения и восприятие	2	2		
28.	5.3. Визуальные образы движения	2	2		
29.	5.4. Роль мышления в освоении движений	2	2		
30.	5.5. Движение и действие	2	2		
31.	5.6. Гибкость в действии	2	2		

Календарный учебный график

№№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Количество часов	Период обучения
1.	**Модуль 1.** Эволюционные аспекты движения живых организмов	10	Понедельник – пятница 1-ой недели обучения
2.	**Модуль 2.** Механические аспекты реализации двигательной функции	8	Понедельник – пятница 2-ой недели обучения
3.	**Модуль 3.** Функциональные аспекты обеспечения движения живых систем	6	Понедельник – пятница 3-ой недели обучения
4.	**Модуль 4.** Методические аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	16	Понедельник 4-ой недели обучения – пятница 5-ой недели обучения
5.	**Модуль 5.** Психологические и ментальные аспекты обучения и совершенствования движений в физической культуре и спорте	12	Понедельник – пятница 6-ой недели обучения

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ)

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Наименование специализированных оборудований, кабинетов, лабораторий	*Вид занятий*	*Оборудование, программное обеспечение*
Кабинет № 304	*Лекции, практические и лабораторные занятия*	*Компьютер (Windows 7, MS Office, Google Chrome) – 12 шт.* *Сервер DEPO Storm 3400K4 (Windows 7, Windows server 2012 R2, IIS-8, MySQL 5.5.50, PHP 5.3.28, MS Office)* *Система управления курсами – Moodle 2.6+*

4.2. Учебно-методическое обеспечение программы:

1. «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] : федеральный закон от 29.12.2012 г., № 273-ФЗ // Интернет-портал «Российская газета» – URL: http://www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html (03.02.2017)
2. «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации» [Электронный ресурс] : постановление Правительства Российской Федерации от 10.07.2013 г., № 582 // Интернет-портал «Российская газета» – URL: http://www.rg.ru/2013/07/22/sait-site-dok.html (25.01.2017)
3. «Информационное общество (2011–2020 гг.)» [Электронный ресурс] : государственная программа Российской Федерации (утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 г., № 313) // Интернет-портал КонсультантПлюс – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_162184 (20.01.2017)
4. «Развитие образования» на 2013–2020 годы [Электронный ресурс] : государственная программа Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 22.11.2012 г., № 2148-р) // Интернет-портал «Российская газета» – URL: http://www.rg.ru/2014/04/24/obrazovanie-site-dok.html (19.01.2017)
5. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.11.2008 г., № 1662-р) [Электронный ресурс] // Интернет-портал КонсультантПлюс – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_82134 (19.01.2017)
6. Концепция развития единой информационной образовательной среды в Российской Федерации (одобрена на заседании подкомиссии по использованию информационных технологий при предоставлении государственных и муниципальных услуг Правительственной комиссии по внедрению информационных технологий в деятельность государственных органов и органов местного самоуправления 11.06.2013 г.) и утверждена Министром образования и науки Российской Федерации) [Электронный ресурс] // Интернет-портал Минобразования РФ – URL: http://minobr.gov-murman.ru/files/eios_conception.pdf (20.01.2017)
7. «Развитие образования» на 2012–2020 годы [Электронный ресурс] : государственная программа Чувашской Республики (утверждена Постановлением Кабинета Министров Чувашской Республики от 16.12.2011 г., № 589) // Интернет-

портал Минобразования и молодежной политики ЧР – URL: http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=13&id=1962717 (19.01.2017)
8. Республиканская целевая программа комплексного развития профессионального образования в Чувашской Республике на 2011–2015 годы и на период до 2020 года (утверждена Постановлением Кабинета Министров Чувашской Республики от 25.02.2011 г., № 60) [Электронный ресурс] // Интернет-портал Минобразования и молодежной политики ЧР – URL: http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=13&id=1962728 (19.01.2017)
9. Концепция информатизации федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева» на 2016–2020 годы (утверждена на заседании Ученого совета 25.12.2015 г.) [Электронный ресурс] // сайт ЧГПУ им. И. Я. Яковлева – URL: http://www.chgpu.edu.ru/sotrudniku/normativno-pravovye-dokumenty (15.01.2017)
10. Положение о дистанционных образовательных технологиях (утверждено на заседании Ученого совета 28.02.2017 г.) [Электронный ресурс] // сайт ЧГПУ им. И. Я. Яковлева – URL: http://www.chgpu.edu.ru/sveden/education (07.11.2017)
11. Положение об единой электронной информационно-образовательной среде ЧГПУ им. И.Я. Яковлева (утверждено на заседании Ученого совета 30.11.2016 г.) [Электронный ресурс] // сайт ЧГПУ им. И. Я. Яковлева – URL: http://www.chgpu.edu.ru/sveden/education (07.11.2017)

Дополнительная

12. Романов, Н. С. Общая теория движений : учебное пособие / Н. С. Романов, А. И. Пьянзин. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. – 150 с.
13. Официальный сайт Moodle. www.moodle.org

5. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ)

Оценка качества освоения программы осуществляется аттестационной комиссией в виде анализа итоговой оценки за курс (по результатам всех выполненных заданий) на основе сто балльной системы оценивания по основным разделам программы.

Слушатель считается аттестованным, если имеет итоговую оценку за курс не менее 85 %.

6. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ:

А.И. Пьянзин