



Национальный  
исследовательский  
Томский  
государственный  
университет

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по воспитательной и социальной  
работе НИ Томского государственного  
университета



/С.П. Кулижский/

2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета физической  
культуры НИ Томского  
государственного университета

*В.Г. Шилько*

/В.Г. Шилько/

2024 г.



## ИНФОРМАЦИОННОЕ ПИСЬМО

Уважаемые коллеги!

Приглашаем вас принять участие в межрегиональном спортивно-образовательном форуме «От идеи к инновации» (Приложение 1).

**Место проведения:** г. Томск, пр. Ленина, 36

Национальный исследовательский Томский государственный университет

**Время проведения:** с 14 по 16 ноября 2024 г.

**Цель форума:** вовлечение участников в реализацию государственной молодежной политики через формирование проектных инициатив, кадрового резерва молодых специалистов, создание условий для профессиональной, творческой, общественной самореализации студенческой молодёжи.

К участию в Форуме приглашаются команды вузов (4 участника + 1 преподаватель, сопровождающий команду). Допускаются студенты очной формы обучения.

В рамках Форума планируется проведение следующих мероприятий:

1.	Международная научно-практическая конференция «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ», посвященная памяти В.С.Пирусского (язык конференции русский) (Приложение 2).	14 ноября 2024 г
2.	Конкурс студенческих социальных проектов в сфере физической культуры, спорта и туризма (Приложение 3)	15 ноября 2024 г
3.	Спортивные конкурсы, творческий конкурс	15 – 16 ноября

3.	Спортивные конкурсы, творческий конкурс (Приложение 4, 5)	15 – 16 ноября 2024 г.
4.	Мастер-классы по различным физкультурно-спортивным направлениям.	16 ноября 2024 г.
5.	Программа повышения квалификации преподавателей вузов «Фитнес-технологии». Дистанционный формат обучения (Приложение 6). Вручение удостоверения о повышении квалификации.	23 сентября – 23 октября 2024 г. 16 ноября 2024г.

В Международной научно-практической конференции «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ», посвященной памяти В.С.Пирусского примут участие ведущие ученые в сфере физической культуры, спорта, туризма; преподаватели и молодые ученые спортивных вузов страны; методисты и педагоги организаций общего среднего образования, СПО, представители общественных организаций в сфере физической культуры и спорта, руководители фитнес-клубов, аспиранты, студенты (Приложение 2).

ЗАЯВКИ на участие в конференции «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ» и статьи принимаются до 10 октября 2024 (Форма 1). E-mail: [pirusskiy@yandex.ru](mailto:pirusskiy@yandex.ru), тел: 8 923 401 53 35 Дьякова Елена Юрьевна

ЗАЯВКИ на участие в Форуме принимаются до **10.10.2024 года**. (Форма 2-7). E-mail: [ffk\\_tsu@mail.ru](mailto:ffk_tsu@mail.ru), тел: 8 913 886 39 91 Шарафеева Алла Борисовна.

К участию в **Форуме** допускаются бакалавры и магистранты очной формы обучения в составе команд зарубежных и российских вузов (независимо от ведомственной принадлежности) (4 участника + 1 представитель, сопровождающий команду).

По результатам участия в Форуме определяются команды-победители. В зачет входит: выступление на конференции Форума с докладом студентов и руководителя команды, защита одного социального проекта от команды, результаты спортивно-образовательного конкурса.

Победители и призеры по результатам участия в Форуме награждаются дипломами и призами, все участники Форума получают сертификат участника.

В программе Форума планируется проведение **мастер-классов** по направлениям: джампинг, аэробика, ушу, арт-фехтование.

В рамках Форума проводится **программа повышения квалификации** «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами вузов» 36 часов. Сроки обучения: с 23.09.2024 – 23.10.2024. **Форма обучения:** – заочная, в том числе, с применением дистанционных образовательных технологий (Приложение 6).

E-mail: [inozemtseva@mail.tsu.ru](mailto:inozemtseva@mail.tsu.ru), тел: 8 913 826 60 33 Иноземцева Елена Сейтхановна

Проживание в комфортабельном общежитии участников Форума обеспечивает ТГУ.

Остальные расходы за счет командирующей организации.

Контактная информация:

ответственный секретарь оргкомитета – Шарафеева Алла Борисовна

E-mail: [ffk\\_tsu@mail.ru](mailto:ffk_tsu@mail.ru) тел: 8 913 886 39 91

## **Положение о проведении межрегионального спортивно-образовательного форума «От идеи к инновации»**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Межрегиональный спортивно-образовательный форум «От идеи к инновации» (далее Форум) является профессионально-ориентированным мероприятием, направленным на повышение профессиональной подготовки, мастерства, квалификации и личного успеха студентов.

2. **Цель форума:** вовлечение участников в реализацию государственной молодежной политики через формирование проектных инициатив, кадрового резерва молодых специалистов, создание условий для профессиональной, творческой, общественной самореализации студенческой молодёжи.

3. Задачи Форума предусматривают:

- выявление студентов вузов с высокими показателями физического развития и двигательной подготовленности, обучающихся по направлениям и специальностям физкультурно-спортивного профиля;
- определение уровня сформированности общекультурных и профессиональных компетенций в области физической культуры;
- пропаганду, популяризацию научных знаний и привлечение к научной деятельности талантливой молодежи, в том числе для обучения в аспирантуре и магистратуре;
- развитие творческих, коммуникативных, аналитических способностей и содействие профессиональному росту участников Форума;
- обмен опытом организации учебной, научной и физкультурно-спортивной работы между образовательными организациями высшего образования России и зарубежных стран.

### **II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

2.1. Форум проводится в два этапа:

Первый этап — отборочный/региональный/образовательной организации.

Второй этап — с 14 ноября по 16 ноября 2024 г. — финальный.

Второй этап проводится в очном формате по адресу: Россия, г. Томск, пр. Ленина, 36.

Заезд участников Форума 13 ноября 2024 года с 15.00 ч.

Выезд участников олимпиады 17 ноября 2024 года до 12:00 ч.

2.2. Спортивные испытания Форума проводятся по действующим правилам соревнований, утвержденным Министерством спорта Российской Федерации, и в соответствии с настоящим Положением.

### **III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

3.1. Руководство подготовкой и проведением Форума осуществляет организационный комитет Форума (далее Оргкомитет). Состав Оргкомитета утверждается Томским государственным университетом.

3.2. Организационное и методическое обеспечение осуществляет дирекция по проведению Форума (далее — Дирекция), создаваемая Оргкомитетом.

3.3. Непосредственное проведение Форума возлагается на факультет физической культуры Томского государственного университета и главную судейскую коллегию Форума, утверждаемую Оргкомитетом.

3.4. Дирекция осуществляет следующие функции:

- рассматривает заявки на участие в Форуме и принимает решение о допуске команд вузов к участию в соревнованиях;
- осуществляет контроль над работой главной судейской коллегии;
- совместно с главной судейской коллегией рассматривает протесты, поданные руководителями команд- участниц Форума.

3.5. Главная судейская коллегия осуществляет следующие функции:

- определяет систему проведения соревнований по каждому виду программы;
- проводит соревнования по видам спорта;
- определяет победителей и призеров Форума;
- рассматривает совместно с дирекцией апелляции участников.

Главная судейская коллегия в период проведения мероприятий Форума представляет в главный секретариат Форума:

- ежедневно — оперативные результаты закончившихся видов испытаний;
- в день окончания соревнований — технический отчет (результаты), подписанный главным судьей и главным секретарем соревнований;
- в день закрытия Форума итоговый отчет главной судейской коллегии о проведении конкурсных испытаний и протоколы соревнований.

#### IV. УСЛОВИЯ ДОПУСКА И ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФОРУМА

4.1. Участниками Форума являются команды студентов очной формы обучения образовательных организаций высшего образования России и зарубежных стран, осуществляющих подготовку по направлениям и специальностям физкультурно-спортивного профиля.

4.2. Состав команды:

- 4 студента, 1-4 курс бакалавриата, 1-2 курс магистратуры,
- 1 представитель образовательной организации из числа профессорско-преподавательского состава.

Предлагается иметь единую форму команды с эмблемой и знаками принадлежности к учебному заведению.

4.3. Количество команд от образовательной организации — не более двух.

#### V. ПРОГРАММА КОНКУРСНЫХ ИСПЫТАНИЙ

5.1. Конкурсные испытания представляют собой состязание студентов очной формы обучения образовательных организаций высшего образования России и зарубежных стран, осуществляющих подготовку по направлениям и специальностям

физкультурно-спортивного профиля (юношей и девушек), состоящее из следующих видов испытаний:

- конкурс социальных проектов в сфере физической культуры, спорта, туризма (приложение 3);
- практические конкурсы (соревнования): настольный теннис, дартс, стрельба из электронной винтовки, соревнования по киберспортивному танцевальному симулятору Just Dance, конкурс Слэм-данк (приложение 4);
- творческий конкурс (приложение 5).

## VI ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

6.1. Участие в конкурсах Форума осуществляется при наличии договора (оригинал) о страховании или страхового полиса, который предоставляется в мандатную комиссию на каждого участника соревнований.

6.2. Страхование участников соревнований Конкурса производится за счет командирующих организаций.

6.3. Обязательным условием проведения соревнований является наличие в местах проведения соревнований медицинского персонала.

## VII. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ КОНКУРСА

7.1. Соревнования спортивного конкурса являются лично-командными: с подведением личного и командного зачетов по отдельным видам конкурсных испытаний; с подведением общекомандного зачета конкурсов Форума (определение победителя и призеров).

7.2. В соответствии с условиями проведения соревнований по видам спорта и конкурсных испытаний, определяются места:

- занятые участниками в индивидуальных видах конкурсных испытаний (настольный теннис, дартс, стрельба из электронной винтовки, соревнования по киберспортивному танцевальному симулятору Just Dance, конкурс Слэм-данк);
- занятые командами образовательных организаций высшего образования России и зарубежных стран в командном зачете по каждому виду конкурсных испытаний (дартс, стрельба из электронной винтовки, соревнования по киберспортивному танцевальному симулятору Just Dance, творческий конкурс, конкурс студенческих социальных проектов).

7.3. В общекомандном зачете места определяются по наибольшей сумме баллов, набранных по всем видам программы Форума. За участие в научно-практической конференции Форума с докладом и публикацией начисляется 1 балл за каждого выступившего участника, в том числе представителя команды. За получение диплома в научно-практической конференции Форума 1, 2, 3 степени начисляется 3, 2, 1 балл соответственно.

Аналогично определяется командное первенство по каждому виду программы Форума. (0 баллов за последнее место, 1 балл - предпоследнее место и т.д., макс. за первое место в зависимости от количества команд).

7.4. При определении командного зачета в видах конкурсных испытаний и общекомандного итога конкурсов Форума в случае равенства баллов у двух и более

команд преимущество получает та команда, у которой больше первых, вторых и т.д. мест.

7.5. Неучастие команды в одном из видов конкурсных испытаний приравнивается к последнему месту по данному виду программы и дополнительно наказывается штрафом в минус 3 балла.

## VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

8.1. Команды победителей и призеров по спортивным видам программы Форума награждаются дипломами соответствующих степеней.

8.2. Участники — победители и призеры по спортивным видам программы Форума награждаются дипломами соответствующих степеней.

8.3. Команды победителей и призеров по неспортивным видам программы Конкурса награждаются дипломами соответствующих степеней.

8.4. Участники победители и призеры по неспортивным видам программы Форума награждаются дипломами соответствующих степеней.

8.5. Команды, занявшие 1-3 места в общекомандном зачете программы Форума, награждаются памятными кубками и дипломами соответствующих степеней.

8.6. По решению дирекции Форума могут учреждаться дополнительные призы и специальные номинации.

8.6. Всем участникам вручаются сертификаты об участии в межрегиональном Форуме «От идеи к инновации».

## IX. ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ

9.1. Финансовые расходы по организации и проведению Форума (дипломы победителям и призерам конкурсной программы Форума, оплата работы судейской коллегии и медицинского сопровождения, приобретение спортивного инвентаря) осуществляется за счет Томского государственного университета.

9.2. Проживание в общежитии ТГУ участников и представителя Форума осуществляется за счет принимающей стороны.

9.5. Проезд и питание участников конкурса осуществляется за счет направляющей стороны (командирующей организации).

9.6. Проезд, питание представителя образовательных организаций высшего образования России и зарубежных стран из числа профессорско-преподавательского состава осуществляется за счет направляющей стороны (командирующей организации).

## X. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК

10.1. Подтверждение участия в мероприятиях Конкурса с указанием количественного состава команды в обязательном порядке должно быть направлено в главную судейскую коллегию электронной почтой ([ffk\\_tsu@mail.ru](mailto:ffk_tsu@mail.ru) с пометкой «Форум 2024») не позднее 10 октября 2024 г. (Форма 2).

10.2. Оригинал именной заявки от команды на участие в Форуме, подписанный руководителем образовательной организации или лицом, его замещающим, сдаются

руководителем команды в комиссию по допуску участников по месту проведения Форума.

10.3. План приезда-отъезда делегаций, размещение в обязательном порядке направляется в Томский государственный университет электронной почтой ([ffk\\_tsu@mail.ru](mailto:ffk_tsu@mail.ru)

с пометкой «Форум 2024») не позднее, чем за 10 дней до начала Форума (Форма 3).

10.4. Комиссия по допуску участников проверяет следующие сведения о каждом участнике Форума:

- идентификацию личности — по документу, удостоверяющему личность (паспорт);
- принадлежность участника Форума к образовательной организации - по зачетной книжке (в том числе электронной) и студенческому билету, оформленными в установленном порядке для студентов;
- состояние здоровья - по именной заявке, заверенной врачом (Форма 4);
- наличие полиса обязательного медицинского страхования;
- наличие договора (оригинала) о страховании или страхового полиса: несчастных случаев, жизни и здоровья.

Кроме этого, во время прохождения комиссии по допуску участников представители команд предоставляют техническую заявку на участие в конкурсах Форума (Форма 5), согласие на обработку персональных данных и согласие на обработку персональных данных, разрешенных субъектом персональных данных для распространения (Форма 6 – 7).

## XI ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ

11.1 Все участники Соревнования должны руководствоваться принципами честного делового партнерства, справедливости, уважения к соперникам, судьям, зрителям и принимать все необходимые меры для исключения насилия и противоправных действий во время проведения Соревнования;

11.2. Каждый участник обязан соблюдать требования Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ, а также иные нормативные правовые акты и документы

Игр Будущего, связанные с проведением Соревнования;

11.3. Участникам, судьям и иным лицам, связанным с проведением Соревнования запрещается:

11.3.1 осуществлять ставки в букмекерских конторах и интерактивные ставки на Соревнования как самостоятельно, так и через третьих лиц (родственников, друзей, знакомых);

11.4. Участники Соревнования обязуются соблюдать правила соревнований по видам спорта, а также правила установленные лицензионным соглашением компании разработчика видеоигры Just Dance 2023 Edition;

11.5 Участники лично несут ответственность за несоблюдение настоящего Положения, прав на интеллектуальную собственность, а также лицензионного соглашения компании разработчика видеоигры Just Dance 2023 Edition;



11.6 Участие в Соревновании является добровольным, свободным и сознательным выражением согласия участника Соревнования на обработку Организатором его персональных данных;

11.7. Организатор Соревнования вправе использовать имена и никнеймы участников, фото и видеозаписи с их участием в Соревновании на ресурсах Организатора и ресурсах партнеров Соревнования, а также в любых публичных и рекламных мероприятиях или других акциях без ссылок на источник, дополнительных уведомлений или компенсаций;

11.8. Участники обязуются соблюдать регламент соревнований;

11.9. Организатор Соревнования вправе обрабатывать и хранить персональные данные участника для целей организации и проведения Соревнования, в том числе для связи с участником;

11.10. Участники соглашаются с тем, что выступления и интервью с ними может быть записано и показано в средствах массовой информации, на иных информационных ресурсах (в том числе сайтах и социальных сетях), а также записано и показано в информационных/рекламных целях без ограничений по времени и формату и без компенсации в отношении этих материалов.



166 лет со дня рождения Пирусского В.С.

***XVIII Международная научно-практическая конференция  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ»,  
посвященная памяти В.С.Пирусского***

**Сроки проведения: 14 ноября 2024 года**

**Место проведения: г.Томск, пр. Ленина, 36**

**Организаторы:**

Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту Томской области

Факультет физической культуры Национального исследовательского Томского государственного университета

**Проведение конференции** планируется в смешанном формате: online и очно. 14 ноября, согласно программе конференции, будут организованы виртуальные аудитории на платформе (которая еще не определена), в которых участники могут представить свои доклады и после этого получить сертификаты участников в электронном виде. Для этого нужно в заявке отметить пункт: публикация статьи и выступление с докладом. Участники, только публикующие статью, получат сертификат заочного участия.

Материалы конференции будут зарегистрированы в наукометрической базе РИНЦ.

**Основные научные направления конференции:**

1. Современные философские, исторические, социологические аспекты физической культуры и спорта в свете идей В.С. Пирусского.
2. Физическая культура детей и подростков.
3. Физическое воспитание и спортивная тренировка студенческой молодежи.
4. Сохранение здоровья и здоровый образ жизни.
5. Подготовка спортсменов Российского и мирового уровня.
6. Медико-биологические аспекты физической культуры и спортивной тренировки.
7. Лечебная и адаптивная физическая культура.
8. Организация, управление и методика физкультурно-оздоровительной работы по охране и укреплению здоровья в системе образования, здравоохранения, физической культуры и спорта
9. Подготовка и повышение квалификации специалистов в сфере физической культуры и спорта.
10. Туризм и рекреация.

***Заявки на участие в конференции и статьи принимаются до 6 октября 2024.***

**ОРГ.ВЗНОС за публикацию и участие в работе конференции:**

- для граждан РФ – 200 руб. за 1 страницу текста. Оплату необходимо будет произвести только после получения подтверждения от оргкомитета конференции о принятии материалов к публикации. Оплата принимается на карту Сбербанка № 4276 1609 5494 1812 (4276160954941812), получатель: «Дьякова Елена Юрьевна», назначение платежа: «Пополнение лицевого счета». Оплату можно произвести с одной карты Сбербанка на другую или через оператора. Подтверждением оплаты служит чек, который нужно выслать на электронную почту.
- для зарубежных участников – уточнять условия оплаты у членов оргкомитета конференции по телефону +79234015335 (можно через WatsApp или Telegram) или по электронной почте [pirusskiy@yandex.ru](mailto:pirusskiy@yandex.ru).

Материалы для публикации в сборнике должны быть отправлены в Оргкомитет до 6 октября 2024 года в виде файла в формате WINWORD по электронной почте. В поле электронного письма «ТЕМА» указать номер научного направления (арабской цифрой без точек, пробелов и т.д.).

В прикрепленных файлах (отдельно) разместить текст статьи, заявку в точном соответствии с приводимой формой. После подтверждения принятия статьи к публикации, после проведения оплаты, выслать на электронную почту сканированный или сфотографированный чек и согласие на размещение статьи в наукометрической базе e-Library.

**ВНИМАНИЕ:** почта обрабатывается автоматически, при отступлении от указанных требований возможна потеря информации. Статья и заявка рассматриваются в течение 5-ти рабочих дней. После проверки ваших материалов, в ответ будет выслано письмо с решением и планом дальнейшего действия. Просьба так же не дублировать письма и отправлять каждую статью в виде отдельного письма. Если вы обращаетесь в оргкомитет с вопросом, в разделе «Тема» наберите слово ВОПРОС.

Информация о конференции будет размещена на сайте <http://sport.tsu.ru/> в разделе «Наука» - «Конференции ФФК».

Оплата оргвзноса дает право на получение сборника в электронном виде на указанный участником адрес электронной почты. Также электронную версию сборника можно скачать на сайте [http://sport.tsu.ru/our\\_conference](http://sport.tsu.ru/our_conference).

За печатную версию сборника необходимо доплатить 750 руб. Печатные версии сборника можно получить только при условии очного присутствия на конференции или по договоренности в другой день в Доме спорта ТГУ (Томск).

**Требования к оформлению текста представляемых материалов:**

- Объем от 2 до 4 страниц А4 через одинарный интервал (WINWORD);
- Поля со всех сторон – 2 см.
- Шрифт Times New Roman (Cyr) 14 nm.
- Название статьи приводится в первой строке ПРОПИСНЫМИ БУКВАМИ полужирным шрифтом. Затем приводятся фамилии авторов, их инициалы и название организации и город (в скобках), выделяемые курсивом. Названные строки центрируются.
- После пропуска одного интервала следует текст статьи простым шрифтом размером 14, абзацные отступы – 1 см, текст выравнивается по обоим краям. Расстановка переносов допускается. Статья включает введение, описание материалов и методов, результаты и их обсуждение, заключение.

- Допускается включение в текст двух таблиц и рисунков (рисунки должны быть отформатированы как внедренный объект).
- Список литературы размещается в конце статьи и включает не более 7 ссылок. Ссылки по тексту – номера по списку в квадратных скобках [1]. Источники в списке литературы – по алфавиту. Затекстовая ссылка должна быть оформлена по правилам ГОСТ Р 7.0.5-2008 «Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления» ([https://ru.wikisource.org/wiki/ГОСТ\\_Р\\_7.0.5—2008](https://ru.wikisource.org/wiki/ГОСТ_Р_7.0.5—2008)).
- Оригинальность текста должна быть не менее 75%.
- Номера страниц не проставляются!
- Название файла – фамилия первого автора, расширение – doc, docx.
- Недопустимы названия типа «статья», «доклад» и т.д., файлы могут быть утеряны при копировании!
- От одного автора принимается не более двух статей (учитывается и соавторство тоже).

Пример оформления статьи

## **ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ**

Иванов И.И. (Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск)

Проблема укрепления здоровья студенческой молодежи является одной из важнейших задач современного российского общества [1]. На современном этапе развития высшей школы, процесс обучения требует от студентов больших умственных, физических и психоэмоциональных затрат [2]. Условия...

Список литературы:

1. Баевский Р.М., Кириллов О.И., Клецкин С.З. Математический анализ изменений сердечного ритма при стрессе. М., 1984. 221 с.
2. Михайлова Л.В., Летунова Н.Г. Здоровьесберегающие технологии в системе профессиональной подготовки студентов // Теория и практика физической культуры. 2012. № 4. С. 34 – 37.

**Статьи, оформленные не по правилам, а также без оплаты и поступившие после указанного срока отклоняются без рассмотрения. Оргвзнос не возвращается.**

Заявку отправлять E-mail: [pirusskiy@yandex.ru](mailto:pirusskiy@yandex.ru),  
 тел: 8 923 401 5335 Дьякова Елена Юрьевна

Заявка на участие в конференции

Название работы \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Первый автор (докладчик) (фамилия, имя, отчество полностью)  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Соавторы (при наличии) (фамилия, имя, отчество полностью)  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Форма участия:

- Публикация статьи и выступление с докладом в очном формате
- Публикация статьи и выступление с докладом в онлайн-формате
- Только публикация статьи
- Выступление с устным докладом без публикации статьи в очном формате
- Выступление с устным докладом без публикации статьи в онлайн-формате

Место работы (учебы):

Организация \_\_\_\_\_

Кафедра (лаборатория) \_\_\_\_\_

Должность \_\_\_\_\_

Ученая степень, звание \_\_\_\_\_

Адрес и телефон для контакта:

☎ Служебный: \_\_\_\_\_

☎ Домашний \_\_\_\_\_

☎ Мобильный \_\_\_\_\_

📧 E-mail \_\_\_\_\_

Нужен ли печатный сборник (дополнительно оплачивается 750 руб.)

- Нет
- Да

Дата заполнения \_\_\_\_\_

**ЗАЯВКА** заполняется участником конференции (или первым автором). На соавторов статьи (доклада) отдельного заполнение заявки не требуется.

## **Конкурс студенческих социальных проектов в сфере физической культуры, спорта и туризма**

Целью Конкурса является формирование активной социальной и гражданской позиции студенческой молодежи, привлечение молодого поколения к решению общественно значимых проблем в сфере физической культуры, спорта и туризма.

Задачами Конкурса являются экспертная поддержка социально-значимых студенческих проектов в сфере физической культуры, спорта и туризма, содействие гражданской и общественной активности молодого поколения, привлечение внимания молодежи к проблемам здорового образа жизни, инклюзии и развития территорий, выявление талантливых молодых людей, способных генерировать идеи и реализовывать социальные инновации.

К участию в конкурсе социальных проектов допускаются студенты и аспиранты очной формы обучения.

ЗАЯВКИ на участие в конкурсе социальных проектов принимаются до 20.10.2024 года. (Форма 2.)

Предварительный отбор заявок проводит конкурсная комиссия. Авторы заявок, прошедших предварительный отбор, приглашаются для очного участия в конкурсе.

Для подведения итогов конкурса формируется конкурсная комиссия, в состав которой входят представители академического сообщества, городской администрации, работодателей.

Направления тематики студенческих социальных проектов:

1. «Двигательная активность»: проекты, направленные на пропаганду здорового образа жизни, повышение двигательной активности различных социальных групп, привлечение населения к сдаче норм ВФСК ГТО.

2. «Стань волонтером»: проекты, направленные на развитие добровольческого движения, вовлечение молодого поколения в общественную жизнь города, региона, страны; создание условий для самореализации, в том числе в контексте физической культуры, спорта, туризма, всех видов творчества и молодежных субкультур.

3. «Удивительная страна»: проекты, направленные на развитие внутреннего туризма в России, разработку инновационных туристских продуктов, создание маршрутов для активного отдыха в регионах страны, содействие молодежному предпринимательству.

4. «Преодолей себя»: проекты, направленные на интеграцию в общество, повышение социальной мобильности людей с ограниченными возможностями здоровья, вовлечение их в спортивные, туристские и иные досуговые мероприятия.

### **Общие требования к проекту**

1. Целостность – общий замысел проекта ясен и очевиден. Каждая его часть соответствует общему замыслу и предполагаемому результату.

2. Последовательность и связность – части проекта представляют собой логическую цепочку. Бюджет опирается на описание ресурсов и сочетается с планом.

3. Объективность и обоснованность – доказательство того, что идея проекта, подход к решению проблемы являются следствием осмысления социальной ситуации и оценки возможностей ее улучшения.

4. Компетентность авторов – обладание достаточным уровнем знаний, умений, навыков для самостоятельного рассуждения, принятия решений, проявления инициативы.

5. Ограниченность – проект ограничен по целям и задачам, результатам, во времени.

Ограниченность проекта означает, что он содержит:

- этапы и конкретные сроки их реализации;
  - четкие и измеряемые задачи;
  - конкретные результаты;
  - планы и графики выполнения работ;
  - конкретное количество и качество ресурсов, необходимых для реализации.
6. Жизнеспособность – определение перспектив развития проекта в дальнейшем.

*Приложение 3.1*

### **ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ компьютерной презентации социальных проектов**

1. Компьютерная презентация представляет собой описание процессов создания, реализации и анализа социального проекта.

2. Компьютерная презентация должна быть сделана в полном соответствии со структурой социального проекта, т.е. содержать следующие разделы: постановка проблемы, цель и задачи проекта, описание проекта (по этапам), ресурсное обеспечение проекта, результаты (выводы по работе).

3. На первом слайде необходимо указать название работы, срок реализации, ФИО руководителя, сведения об авторах проекта, которые включают в себя: фамилию, имя название вуза.

4. Все слайды презентации должны быть выполнены в программе Microsoft Power Point.

5. При оформлении компьютерной презентации необходимо руководствоваться следующими рекомендациями:

- при формировании текстовых блоков следует использовать короткие слова и предложения, минимум предлогов, наречий, прилагательных.

Время глаголов должно быть всегда одинаковым.

- предпочтительно горизонтальное расположение информации. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Заголовки должны привлекать внимание аудитории.

Графические и иллюстративные материалы должны быть качественными и уместными.

Шрифты: – для заголовков размер шрифта не менее 24 пунктов, для остальной информации не менее 18 пунктов;

- шрифты без засечек легче читать с большого расстояния;

- не следует смешивать разные типы шрифтов в одной презентации;

- для выделения информации рекомендуется использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание того же типа;

- нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже, чем строчные);

- не допускается использование «искривленных» текстов, теней и т.п. в стиле WordArt (если это не заложено в идею презентации).

Не следует заполнять один слайд слишком большим объемом информации,

Следует избегать стилей цветового оформления и анимации, отвлекающих от смысла презентации или противоречащих ее содержанию. Вспомогательная информация (кнопки навигации) не должна преобладать над основной информацией (текст, рисунки, таблицы, диаграммы, клипы). Использование цвета: – на одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста;

5. Количество слайдов компьютерной презентации без особой необходимости не должно превышать 10-12.

## **ТРЕБОВАНИЯ к оформлению социального проекта**

1. Оформление: – верхнее, нижнее и левое поле 20 мм, 20 мм, правое – 10 мм; – шрифт Times New Roman (высота кегля – 12pt); – интервал между строками – одинарный; – заголовки оформляются полужирным шрифтом TimesNewRoman (размер шрифта 14 кегель); – страницы нумеруются снизу по центру арабскими цифрами без знака «№» (номер на титульном листе не ставится);

– в названии работы сокращения не допускаются.

2. Титульный лист:

– полное наименование образовательной организации – в верхней части листа;

– слово «Проект» по центру листа ниже наименования организации;

– тема проекта – по центру листа;

– сведения об авторе/авторах (фамилия, имя, отчество полностью, выравнивается справа ниже темы проекта);

– сведения о руководителе (руководитель/и: фамилия, имя, отчество, должность) – выравнивается справа ниже автора проекта – наименования населенного пункта и год выполнения работы – внизу, в центре листа:

3. Оглавление с указанием номеров страниц.

4. Пояснительная записка. Содержит ясное и краткое описание сути проекта, должна быть предельно ясной, сжатой, конкретной и выразительной. Максимальный объем – одна страница. Отражает краткие ответы на вопросы: – почему и кому нужен этот проект; – какие социальные проблемы поможет решить; – что получится в результате;

5. Актуальность проекта. Ключевая проблема, на решение которой направлен проект, состоит в сжатой формулировке ситуации, которая требует изменений. В этом разделе необходимо объяснить, зачем нужен Ваш проект. Вы должны точно изложить конкретную проблему, которую Вы предполагаете решить с помощью Вашего проекта. Важно четко определить все вопросы, которые Вы собираетесь решать. Удостовериться в том, что Ваша задача реальна, выполнима, и может быть решена в установленный Вами срок, Вашими силами, с использованием минимальных ресурсов.

6. Цели и задачи проекта.

7. Описание проекта. Из описания проекта должно быть понятно, что будет сделано, кто будет осуществлять действия, как они будут осуществляться, когда и в какой последовательности, какие ресурсы будут привлечены. Указывается разумно ограниченный набор мероприятий, которые могут быть выполнены в установленный автором срок и в пределах общей стоимости проекта. В разделе описываются мероприятия. Понятны причины выбора именно таких мероприятий. Понятна и убедительна предлагаемая последовательность выполнения мероприятий. Ясен состав разработчиков. Описываются состав и обязанности исполнителей программы. Описывается, на решение каких проблем направлен данный проект и принципы подбора этих людей, групп, объектов. Должна прослеживаться последовательность логической цепочки: проблема – цель – задача – метод. В этом разделе вы должны подробно описать те виды деятельности, которые необходимы для получения желаемых результатов.

8. Рабочий план реализации.

9. Ресурсы и бюджет. Опишите имеющиеся ресурсы. Оцените, какие ресурсы вы используете, каким образом планируется привлечь дополнительные ресурсы. Представьте примерный бюджет проекта, с указанием каждой статьи планируемых расходов. Исходите из реальности сумм и ресурсов по каждому направлению.

10. Ожидаемые результаты. В нем должна содержаться конкретная информация о результатах проекта с указанием количественных показателей.



11. Механизм оценки результатов. Этот раздел должен содержать ответы на следующие вопросы: – каким образом будет оцениваться эффективность проекта в целом? – кто будет оценивать достижение поставленных задач и намеченных результатов в ходе выполнения проекта и по его окончании? (описать процедуру оценки);

– каковы критерии оценки эффективности проекта?

12. Перспективы развития проекта. В данном разделе можно описать вероятный путь развития проекта.

Проект содержит не более 10-15 страниц печатного текста. К работе могут прилагаться графики, таблицы и т. д., оформленные в виде приложения к тексту проекта; объем приложения не должен превышать 10 страниц.

*Приложение 3.3*

## **Критерии выполнения и защиты проекта**

### **Критерии оценки оформления и выполнения проекта:**

1. Актуальность темы и предлагаемых решений, реальность, практическая направленность и социальная значимость работы.
2. Объем и полнота разработок, самостоятельность, законченность, подготовленность к реализации и опубликованию.
3. Уровень творчества, оригинальность раскрытия темы, подходов, предлагаемых решений.
4. Аргументированность предлагаемых решений, подходов, выводов.
5. Качество отчета: оформление, соответствие стандартным требованиям, структура текста, качество эскизов, схем, рисунков; качество и полнота анализа.

### **Критерии защиты:**

1. Качество презентации: композиция, полнота представления работы, подходов, результатов; аргументированность, убедительность, убежденность.
2. Объем и глубина знаний по теме (или предмету), эрудиция, ораторское искусство.
3. Культура речи, манера, использование наглядных средств, чувство времени, импровизационное начало, удержание внимания аудитории.
4. Ответы на вопросы: полнота, аргументированность, убедительность и убежденность, дружелюбие, стремление использовать ответы для успешного раскрытия темы и сильных сторон работы.
5. Деловые и волевые качества группы: ответственное решение, стремление к достижению высоких результатов, готовность к дискуссии, способность работать с перегрузкой, доброжелательность, контактность.

Эти критерии легли в основу показателей экспертного листа оценки социального проекта.

## ЭКСПЕРТНЫЙ ЛИСТ

публичной защиты социального проекта (этап разработки)

Название проекта \_\_\_\_\_

ФИО автора(ов) проекта \_\_\_\_\_

Вуз \_\_\_\_\_

ФИО руководителя проекта \_\_\_\_\_

Экспертная группа: \_\_\_\_\_

**I. Оценка проекта (этап разработки)**0 – позиция отсутствует, 1 – низкий уровень, 2 – средний уровень, 3 – высокий уровень;  
маж - 18 б.

Показатели		оценки			
1	Актуальность темы, общественная востребованность, социальная значимость проекта	0	1	2	3
2	Чёткая постановка проблемы; конкретность цели проекта и ее соответствие рассматриваемой проблеме	0	1	2	3
3	Структура проекта, последовательность этапов его реализации	0	1	2	3
4	Наличие разнообразных форм работы по реализации проекта, их эффективность, современность и инновационность	0	1	2	3
5	Обеспеченность проекта материально-техническими ресурсами; наличие сметы расходов.	0	1	2	3
6	Соответствие ожидаемых результатов поставленной цели	0	1	2	3

**II. Устное выступление (защита проекта и ответы на вопросы):**0 – позиция отсутствует, 1 – низкий уровень, 2 – средний уровень, 3 – высокий уровень;  
маж - 18 б.

Показатели		оценки			
1	Степень владения материалом	0	1	2	3
2	Логика изложения материала	0	1	2	3
3	Культура речи	0	1	2	3
4	Ораторское искусство (умение заинтересовать аудиторию, артистизм)	0	1	2	3
5	Умение кратко раскрыть содержание работы	0	1	2	3
6	Качество ответов на вопросы	0	1	2	3

**III. Компьютерная презентация**

0 – позиция отсутствует, 1 – низкий уровень, 2 – средний уровень, 3 – высокий уровень;  
маж - 6 б.

Показатели		оценки			
1	Оформление презентации в соответствии с требованиями, в том числе, единый, соответствующий тематике проекта стиль презентации; удачные сочетание цветов, выбор размера и начертания шрифта; оправданные эффекты анимации, эстетичность, и т.п.	0	1	2	3
2	Соответствие структуры и содержания презентации представленному проекту; лаконичность материала	0	1	2	3

**Бонус (маж - 3 б.)**

Показатели		оценки			
1	Оригинальность раскрытия темы и предлагаемых решений, творчество, самостоятельность суждений и пр.	0	1	2	3

**Итоговая оценка, макс: 45 б.**

Оценка: \_\_\_\_\_

Заключение: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Эксперты: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /

Дата « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 \_\_\_\_\_ г.

## Положение о проведении спортивных конкурсов

### Регламент проведения соревнований по дартсу

Соревнования по дартсу проводятся в личном первенстве. Состав команды — 4 человека.

Порядок проведения и условия участия в соревнованиях.

Игры проводятся в соответствии с правилами игры в дартс- утвержденными приказом Минспорта России. Дисциплина: набор очков. Участники выполняют по 3 серии (из 3 дротиков), результаты каждой серии суммируются, в зачет идет серия, в которой были получены максимальные значения. При подсчете количества очков учитываются зоны удвоения и утроения очков.

Определение победителей.

Победители определяются по лучшему результату среди юношей и девушек. При равенстве очков у двух/нескольких участников для определения их мест относительно друг друга выполняется дополнительный подход.

Окончательный регламент турнира зависит от количества допущенных участников и утверждается Организатором перед жеребьевкой.

### Регламент проведения соревнований по настольному теннису

1. Участники соревнований.

В соревнованиях по настольному теннису принимают участие 2 участника (1 юноша и 1 девушка) от каждой команды. Соревнования по настольному теннису проводятся в личном первенстве, отдельно среди юношей и девушек. Участники соревнований должны иметь спортивную форму, спортивную (сменную) обувь, теннисную ракетку и теннисный мяч.

Участников соревнований всегда сопровождает руководитель команды.

Участники соревнований обязаны:

1. Строго соблюдать нормы поведения, быть вежливым по отношению к судьям, соперникам, зрителям;
2. Знать и точно соблюдать правила соревнований;
3. Начав соревнование, сыграть все предусмотренные встречи;
4. По окончании встречи поблагодарить рукопожатием соперника и судью.

Участник соревнований имеет право:

1. Обращаться в ходе встречи к судье за разъяснениями или просьбой;
2. Сделать кратковременный перерыв для приведения в порядок своего костюма, но только с разрешения судьи;

3. Просить вызова на площадку главного судьи для решения спорного вопроса.
2. Программа соревнований.

Турнир по настольному теннису проводится по действующим правилам, носит личный характер. Формула розыгрыша турнира определяется судейской коллегией в зависимости от количества поданных заявок.

3. Определение победителей.

Победителем становится участник, набравший наибольшее количество очков во всех турах.

### **Регламент проведения соревнования по киберспортивному танцевальному симулятору Just Dance**

К соревнованию допускаются по 2 участника от каждой команды (1 девушка и 1 юноша)

Форма одежды любого цвета, кроме черного.

Система проведения соревнования

1. Play-off проходит по олимпийской системе.
2. Матч проходит в формате ВОЗ.
3. Победителем раунда является участник, набравший большее количество очков за трек..

Участник, проигравший в финале занимает 2 место. За третье место проводится дополнительный матч между двумя участниками, проигравшими в двух полуфиналах. На площадку может выходить не более двух человек.

Примерные Треки плей-офф:

В 1\4 каждая пара танцует следующие треки:

- Familiar — Liam Payne & J Balvin;
- Calypso — Luis Fonsi ft. Stefflon Don;
- New Rules — Dua Lipa Solo version.

В 1\2 каждая пара танцует следующие треки:

- TOY by Netta;
- New World — Krewella & Yellow Claw ft. VaVa;
- Narco — Blasterjaxx & Timmy Trumpet.

**СОРЕВНОВАНИЯ ЗА 3 МЕСТО**

- Bang2019 ALT — BIGBANG Alternative Solo version;
- A Little Party Never Killed Nobody (All We Got) Alternative Solo version;
- New Rules ALT — Dua Lipa.

**ФИНАЛ**

- Bang2019 ALT — BIGBANG Alternative Solo version;
- A Little Party Never Killed Nobody (All We Got) Alternative Solo version;

### **Регламент проведения конкурса Слэмданк**

Слэмданк - вид забивания, при котором игрок выпрыгивает вверх и одной или двумя руками бросает баскетбольный мяч сквозь кольцо сверху вниз.

Участники. Для участия допускается 1 участник от каждой команды (в том числе представитель команды) независимо от пола.

Правила. Соревнование проходит в формате 2-ух раундов, в течение каждого из которых участники по очереди исполняют заявленный данк (у каждого участника есть три попытки продемонстрировать заявленный данк, после оценивания приглашается следующий участник).

Участник имеет право засчитать любую из трех попыток, сказав жюри фразу «в зачет». Победитель определяется суммой баллов за оба раунда.

В случае паритета объявляется дополнительный раунд между двумя или более претендентами.

Обычный данк одной или двумя руками. Самый простой бросок сверху с прыжка, который осуществляется с одной или с обеих ног.

Томагавк одной рукой. Мяч находится в одной руке (любой), игрок выпрыгивает с двух ног, заводя руку за голову, при этом его колени подгибаются, а корпус прогибается в пояснице.

Томагавк двумя руками более сложная разновидность предыдущего данка: баскетболист держит мяч за головой двумя руками, согнутыми в локтях, в момент достижения наивысшей точки прыжка, он резко закладывает мяч в кольцо.

Обратный данк на 180°. Игрок прыгает спиной к кольцу, повторяя, по сути, обычный данк при развороте корпуса на 180°. Сложность прыжка заключается в том, что он выполняется не с разбега и баскетболист не видит, куда закладывать мяч.

Мельница. Отталкиваясь с двух (классический вариант) или с одной ноги игрок проносит мяч по окружности, перпендикулярно полу.

Аллей-уп. Данк, совмещающий в себе принятие навесной передачи (паса) от партнёра по команде и бросок в одном прыжке. Партнер должен сделать точный пас в сторону кольца, а принимающий игрок должен поймать мяч в прыжке и, не приземляясь, отправить его в корзину.

Селф-уп — баскетболист делает бросок после наброса самому себе.

Из-за спины — баскетболист выпрыгивает вверх, перебрасывая мяч за спиной из одной руки в другую.

Участники могут заявлять и другие данки, предварительно предоставив описание техники выполнения в судейскую коллегию.

Оценивается техника исполнения, попадание в кольцо, сложность данка, красота исполнения.

## Положение о проведении творческого конкурса

### «Визитка»

#### 1. Участники

В конкурсе визиток принимают участие студенты и представитель команды.

#### 2. Порядок проведения и условия участия в конкурсе.

Представлять номер может как отдельный член команды, так и несколько человек, в том числе и представитель команды.

Жеребьевка порядкового номера выступления будет проведена в день проведения конкурса.

На конкурс команда готовит презентацию в виде интерактивного фотоколлажа (не более 3 минут). Важно отобразить особенности региона, образовательного учреждения, участников команды. На информационной площадке присутствует вся команда. Приветствуется наличие единой формы.

Создание фотоколлажа производится с помощью монтажа — процесс переработки или реструктурирования изначального материала, его доработки в единый продукт с общей концептуальной идеей. Использовать официальные материалы, представляющие учебное заведение, запрещено. Для фотоколлажа должны быть использованы авторские наработки.

Ответственность за соблюдение авторских прав, участвующей в конкурсе работы, несёт участник (коллектив участников), представляющий данную работу на конкурсе.

Материалы участников должны быть представлены в главную судейскую коллегию Конкурса вместе с заявкой на Форум. Непосредственно перед конкурсом необходимо предоставить продукт в виде итогового цветного варианта на бумажном носителе.

На конкурс не принимаются продукты рекламного характера и содержащие недостоверную информацию или оскорбляющую достоинство и чувства других людей и не укладывающиеся в тематику конкурса.

#### 3. Условия подведения итогов

Конкурсная комиссия дает оценку фотоколлажей, которая осуществляется по следующим критериям:

- сюжет фотоколлажа отражает особенность региона - максимум 5 баллов;
- представлено образовательное учреждение — максимум 5 баллов;
- представлены все участники команды — максимум 5 баллов;
- техническая часть (монтаж и обработка) — максимум 5 баллов;
- сложность используемых спецэффектов - максимум 5 баллов;
- оригинальность продукта — максимум 5 баллов;



- представление продукта командой — максимум 5 баллов;
  - общее впечатление - максимум 5 баллов.
- Максимальная сумма баллов 40.

Заявку отправлять E-mail: [piruskiy@yandex.ru](mailto:piruskiy@yandex.ru),  
 тел: 8 923 401 5335 Дьякова Елена Юрьевна

**Заявка на участие в конференции**

Название работы

---

Первый автор (докладчик) (фамилия, имя, отчество полностью)

---

Соавторы (при наличии) (фамилия, имя, отчество полностью)

---



---

Форма участия:

- Публикация статьи и выступление с докладом в очном формате
- Публикация статьи и выступление с докладом в онлайн-формате
- Только публикация статьи
- Выступление с устным докладом без публикации статьи в очном формате
- Выступление с устным докладом без публикации статьи в онлайн-формате

Место работы (учебы):

Организация \_\_\_\_\_


Кафедра (лаборатория) \_\_\_\_\_

Должность \_\_\_\_\_

Ученая степень, звание \_\_\_\_\_

Адрес и телефон для контакта:

 Служебный: \_\_\_\_\_

 Домашний \_\_\_\_\_

 Мобильный \_\_\_\_\_

 E-mail \_\_\_\_\_

Нужен ли печатный сборник (дополнительно оплачивается 750 руб.)

- Нет
- Да

Дата заполнения \_\_\_\_\_

***ЗАЯВКА*** заполняется **участником конференции (или первым автором)**. На соавторов статьи (доклада) отдельного заполнение заявки не требуется.

**Заявка на участие в  
Межрегиональном спортивно-образовательном Форуме «От идеи к инновации»**

Организация \_\_\_\_\_

(наименование вуза, команды)

Направляем для участия в мероприятии делегацию \_\_\_\_\_ человек в составе:

<i>№ п/п</i>	<i>Фамилия, имя, отчество (полностью)</i>	<i>Дата рождения</i>	<i>Паспортные данные Серия, номер, кем и когда выдан, код подразделения</i>	<i>Номер мобильного телефона участника, e-mail</i>	<i>Уровень обучения (бакалавр иат, магистратура)</i>	<i>Номер зачетной книжки</i>
1.						
2.						
3.						
4.						

Руководитель делегации:

<i>№ п/п</i>	<i>Фамилия, имя, отчество (полностью)</i>	<i>Дата рождения</i>	<i>Паспортные данные Серия, номер, кем и когда выдан, код подразделения</i>	<i>Номер мобильного телефона участника, e-mail</i>
1.				

Дата приезда \_\_\_\_\_ дата отъезда \_\_\_\_\_

Необходимость в трансфере \_\_\_\_\_ (да, нет)

Руководитель \_\_\_\_\_

М.П. \_\_\_\_\_ (подпись)

\_\_\_\_\_ (ФИО)

**План приезда – отъезда делегации****Заявка****на размещение участников**

Межрегионального Форума «От идеи к инновации»

от команды

(полное наименование образовательного учреждения, города (региона))

Просим предоставить услуги по размещению (общежитие) команды в количестве \_\_\_\_\_ человек

<i>№ п/п</i>	<i>Маршрут следования команды</i>	<i>Дата</i>	<i>Время</i>	<i>№ поезда, № вагона, № авиарейса</i>	<i>Количество человек</i>
1.	<b>Прибытие</b> команды на вокзал/аэропорт				
2	<b>Отъезд</b> команды на вокзал/аэропорт				

Руководитель \_\_\_\_\_

М.П. \_\_\_\_\_ (подпись)

\_\_\_\_\_ (ФИО)

Медицинский допуск для участников  
 межрегионального спортивно-образовательного форума «От идеи к инновации»  
 от команды

\_\_\_\_\_ (полное наименование образовательного учреждения, города (региона))

№ п/п	ФИО (полностью)	Дата рождения	Допуск врача
1.			
2			
3.			
4.			
5.			

Всего допущено к соревнованиям \_\_\_\_\_ человек

Врач \_\_\_\_\_  
 (подпись) (ФИО)

М.П.

Руководитель \_\_\_\_\_  
 (подпись) (ФИО)

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Техническая заявка

на участие в конкурсных испытаниях межрегионального спортивно-образовательного форума

«От идеи к инновации»

от команды

---

(полное наименование образовательного учреждения, города (региона))

№ п/п	ФИО участника	Научная конференция	Визитка	Конкурс соц. проектов	Дартс	Настольный теннис	Just Dance	Слэм-данк
1.		+	+	+	+			
2		+	+	+	+			
3.		+	+	+	+			
4.		+	+	+	+			
5.	ФИО Руководителя делегации	+	+					

Руководитель \_\_\_\_\_

М.П. (подпись)

(ФИО)

## СОГЛАСИЕ

на обработку персональных данных

Я, \_\_\_\_\_.

(ФИО полностью)

Контактная информация (телефон, e-mail) \_\_\_\_\_.

Род деятельности \_\_\_\_\_.

В соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», даю свое согласие на обработку в ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», расположенном по адресу: 634050, г. Томск, пр. Ленина, 36, моих персональных данных любым законодательно разрешенным способом.

Согласие относится к обработке следующих персональных данных: фамилия, имя, отчество; число, месяц, год рождения; курс, группа, номер студенческого билета; результаты участия в конкурсных испытаниях.

Обработка персональных данных осуществляется с целью участия в межрегиональном спортивно-образовательном форуме «От идеи к инновации».

Я ознакомлен(а), что обработка персональных данных осуществляется автоматизированным и неавтоматизированным способом. Томский государственный университет обеспечивает конфиденциальность моих персональных данных в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных».

Данное согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Я подтверждаю, что давая такое согласие, я действую по собственной воле.

Настоящее согласие дано мной « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

Подпись \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

## СОГЛАСИЕ

на обработку персональных данных для законных представителей участников  
межрегионального форума «От идеи к инновации»

Я, \_\_\_\_\_  
(ФИО законного представителя)

Контактная информация (телефон, e-mail) \_\_\_\_\_.

Являясь законным представителем несовершеннолетнего

\_\_\_\_\_  
(ФИО несовершеннолетнего)

род деятельности \_\_\_\_\_.

В соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», даю свое согласие на обработку в ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет», расположенном по адресу: 634050, г. Томск, пр. Ленина, 36, моих персональных данных, а также данных моего подопечного любым законодательно разрешенным способом.

Согласие относится к обработке следующих персональных данных: фамилия, имя, отчество; число, месяц, год рождения; курс, группа, номер студенческого билета; результаты участия в конкурсных испытаниях.

Обработка персональных данных осуществляется с целью участия моего подопечного в межрегиональном спортивно-образовательном форуме «От идеи к инновации».

Я ознакомлен(а), что обработка персональных данных осуществляется автоматизированным и неавтоматизированным способом. Томский государственный университет обеспечивает конфиденциальность моих персональных данных в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных».

Данное согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Я подтверждаю, что давая такое Согласие, я действую своей волей и в интересах моего подопечного.

Настоящее согласие дано мной « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

Подпись \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



**Согласие на обработку персональных данных,  
разрешенных субъектом персональных данных для распространения**  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

Национальный исследовательский Томский государственный университет

(наименование или фамилия, имя, отчество (при наличии) оператора персональных данных)

Адрес: 634050 г. Томск, пр. Ленина, 36

ИНН: 7018012970

ОГРН: 1027000853978

От \_\_\_\_\_

(Ф.И.О. субъекта персональных данных)

Адрес:

Телефон:

Адрес электронной почты:

Я, \_\_\_\_\_,

(Ф.И.О. полностью)

руководствуясь ст. 10.1 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», заявляю о согласии на распространение *ФГАОУ ВО «НИ ТГУ»* моих персональных данных с целью размещения информации обо мне на официальном сайте ФГАОУ ВО НИ ТГУ и информационных ресурсах Оператора, посредством которых будет осуществляться предоставление доступа неограниченному кругу лиц и иные действия с персональными данными в следующем порядке:

Категория персональных данных	Перечень персональных данных	Разрешаю к распространению (да / нет)	Условия и запреты (есть, нет) Если есть, то какие
Персональные данные	Фамилия		
	Имя		
	Отчество (при наличии)		
	Дата рождения		
	Месяц рождения		
	Год рождения		
	Курс, группа		
	Номер студенческого билета		
	Результаты участия в соревнованиях		
Биометрические персональные данные	Цветное цифровое фотографическое изображение лица / видеоматериалы		

Сведения об информационных ресурсах Оператора, посредством которых будет осуществляться предоставление доступа неограниченному кругу лиц и иные действия с персональными данными субъекта персональных данных:

Информационный ресурс	Действия с персональными данными
<a href="https://tsu.ru/">https://tsu.ru/</a> <a href="https://sport.tsu.ru/">https://sport.tsu.ru/</a> <a href="https://vk.com/ffk_tsu">https://vk.com/ffk_tsu</a>	Предоставление сведений неограниченному кругу лиц

Настоящее согласие дано мной добровольно и действует до *отзыва в письменном виде в установленном порядке.*

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024 года

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)

**Согласие на обработку персональных данных,  
разрешенных субъектом персональных данных для распространения (для законного  
представителя несовершеннолетнего)**

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

Национальный исследовательский Томский государственный университет

(наименование или фамилия, имя, отчество (при наличии) оператора персональных данных)

Адрес: 634050 г. Томск, пр. Ленина, 36

ИНН: 7018012970

ОГРН: 1027000853978

От \_\_\_\_\_

(Ф.И.О. законного представителя субъекта персональных данных)

Адрес:

Телефон:

Адрес электронной почты:

Я, \_\_\_\_\_,

(Ф.И.О. полностью)

руководствуясь ст. 10.1 Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», заявляю о согласии на распространение ФГАОУ ВО «НИ ТГУ» персональных данных моего подопечного \_\_\_\_\_,

(фамилия, имя, отчество)

с целью размещения информации о нем на официальном сайте ФГАОУ ВО «НИ ТГУ» и информационных ресурсах Оператора, посредством которых будет осуществляться предоставление доступа неограниченному кругу лиц и иные действия с персональными данными в следующем порядке:

Категория персональных данных	Перечень персональных данных	Разрешаю к распространению (да / нет)	Условия и запреты (есть, нет) Если есть, то какие
Персональные данные	Фамилия		
	Имя		
	Отчество (при наличии)		
	Дата рождения		
	Месяц рождения		
	Год рождения		
	Курс, группа		
	Номер студенческого билета		
	Результаты участия в соревнованиях		
Биометрические	Цветное цифровое фотографическое		

персональные данные	изображение лица / видеоматериалы		
---------------------	-----------------------------------	--	--

Сведения об информационных ресурсах Оператора, посредством которых будет осуществляться предоставление доступа неограниченному кругу лиц и иные действия с персональными данными субъекта персональных данных:

Информационный ресурс	Действия с персональными данными
<a href="https://tsu.ru/">https://tsu.ru/</a> <a href="https://sport.tsu.ru/">https://sport.tsu.ru/</a> <a href="https://vk.com/ffk_tsu">https://vk.com/ffk_tsu</a>	Предоставление сведений неограниченному кругу лиц

Настоящее согласие дано мной добровольно и действует до *отзыва в письменном виде в установленном порядке.*

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2024 года

_____ / _____
(подпись) (расшифровка подписи законного представителя)
_____ / _____
(подпись) (расшифровка подписи несовершеннолетнего подопечного)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Национальный исследовательский Томский государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной  
деятельности,

Е.В.Луков

(подпись)

« 01 » 03 2024

**ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ ВУЗОВ**

36 часов

Направление 49.03.01 Физическая культура

СОГЛАСОВАНО:

Декан факультета физической культуры

В.Г.Шилько

Директор ИДО

М.О.Шепель

Директор ЦПКП

С.Б.Велединская

Томск 2024

# ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН программы повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов»

№ п/п	Наименование модулей (курсов)	Общая трудоемкость, ч	Всего контактн. ч	Контактные часы			СРС, ч	Формы контроля
				лекции	лабораторные работы	практические и семинарские занятия		
<b>I</b>								
Модуль 1 Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов								
I	Теоретические основы организации занятий физической культурой в ВУЗе	4	3	3			1	тест
II	Фитнес-технология Классическая оздоровительная аэробика	8	6	2		4	2	тест
III	Фитнес-технология Фитбол-тренинг	8	6	3		3	2	задание
IV	Фитнес-технология Степ-аэробика	8	6	2		4	2	задание
ИА	Итоговая аттестация	8	4			4	4	Защита проекта
	<b>Итого</b>	36	25	9		16	11	
	Итоговая аттестация	Защита итоговой проектной работы						

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### программы повышения квалификации

#### «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов»

**Категория слушателей:** – научно-педагогические работники учреждений высшего профессионального образования

**Срок обучения:** – от 10 дней до 1 месяца

**Форма обучения:** – заочная, в том числе, с применением дистанционных образовательных технологий

**Режим занятий:** от 2 до 6 часов в день

№ п/п	Наименование модулей (курсов)	Общая трудоемкость, ч	Всего контактн. ч	Контактные часы			СРС, ч	Формы контроля
				лекции	лабораторные работы	практические и семинарские занятия		
	<b>Модуль 1</b> Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов	36	26	10		16		
<b>I</b>	<b>Раздел 1.</b> Теоретические основы организации занятий физической культурой в ВУЗе	4	3	3			1	тест
1.1.	Тема 1. Методические принципы построения учебного процесса по физической культуре в ВУЗе.	2	2	2				
1.2	Тема 2. Структура, направленность, организационные формы учебно-тренировочных занятий по физической культуре в ВУЗе.	2	1	1			1	
<b>II</b>	<b>Раздел 2.</b> Фитнес-технология Классическая оздоровительная аэробика	8	6	2		4	2	тест
2.1.	Тема 1. Основы методики проведения занятия по классической оздоровительной аэробике.	2	2	2				
2.2	Тема 2. Базовые шаги классической аэробики.	3	2			2	1	
2.3.	Тема 3. Специфические методы составления и разучивания аэробных связок.	3	2			2	1	
<b>III</b>	<b>Раздел 3.</b> Фитнес-технология Фитбол-тренинг.	8	6	3		3	2	тест
3.1.	Тема 1. Теоретические основы занятий Фитбол-аэробикой.	3	3	3				
3.2.	Тема 2. Методика проведения занятий Фитбол-аэробикой.	5	3			3	2	
<b>IV</b>	<b>Раздел 4.</b> Фитнес-технология Степ-аэробика.	8	6	2		4	2	задание
4.1.	Тема 1. Основы методики проведения занятия по степ - аэробике.	2	2	2				
4.2.	Тема 2. Базовые шаги степ - аэробики.	2	2			2		
4.3.	Тема 3. Специфические методы составления и разучивания аэробных связок на степ-платформе. Использование простых модификаций основных шагов.	4	2			2	2	
<b>ИА</b>	Итоговая аттестация	8	4			4	4	Защита проекта
	<b>Итого</b>	36	26	10		16	10	

# ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

## Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Образовательная программа повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов» ориентирована на развитие профессиональных компетенций в области физической культуры, физического воспитания и спортивной тренировки. Содержание программы позволяет получить новые компетенции и совершенствовать имеющиеся по общепедагогическим задачам, связанным с использованием современных фитнес-технологий на учебных занятиях по физической культуре в ВУЗах.

Образовательная программа повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов» имеет практико-ориентированную направленность. Организация учебного процесса осуществляется с учетом спортивной и педагогической специализации обучающихся, что позволяет адаптировать содержание к собственной практике и апробировать полученные умения при выполнении практических заданий.

Программа разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «24» декабря 2020 г. № 952н),

**Цель реализации программы:** освоение фитнес-технологий в профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, формирование у обучающихся профессиональных компетенций, необходимых для их применения.

### Планируемые результаты обучения

Слушатель в результате освоения программы должен освоить трудовые функции:

- планирование содержания занятий физической культурой (А/01.6)
- проведение мероприятий спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией уметь провести мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода к занимающимся (А/02.6)
- проведение занятий физической культурой и спортом (А/03.6)

Выпускник должен:

- обладать знаниями и умениями в следующих областях наук: теория и методика физической культуры, теория и методика фитнес-технологий: классическая оздоровительная аэробика, фитбол-тренинг, степ-аэробика.

- уметь применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями обучающихся

- выбирать методики физкультурной ориентации и обучающихся
- обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей организации занятий физической культурой в ВУЗе и возраста занимающихся.

**Категория слушателей:** Образовательная программа повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов» ориентирована на студентов старших курсов, лиц, имеющих высшее образование либо среднее профессиональное образование.



**Трудоемкость обучения:** Трудоемкость обучения по данной программе составляет 36 академических часа, включая самостоятельную работу слушателей.

**Форма обучения:** заочная, в том числе, с применением дистанционных образовательных технологий

**Календарный учебный график:** Календарный учебный график формируется непосредственно при реализации программы повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов». Календарный учебный график представлен в форме расписания занятий при наборе группы на обучение

**Особенности (принципы) построения программы повышения квалификации «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов»:**

- модульная структура программы;
- в основу проектирования программы положен компетентностный подход;
- выполнение комплексных (сквозных) учебных заданий, требующих практического применения знаний и умений, полученных в ходе изучения логически связанных дисциплин (модулей);
- применение электронных образовательных ресурсов (дистанционное, электронное, комбинированное обучение и пр.);
- использование информационных и коммуникационных технологий, в том числе современных систем технологической поддержки процесса обучения, обеспечивающих комфортные условия для обучающихся, преподавателей;

### **ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (формы аттестации, оценочные и методические материалы)**

Оценка качества освоения программы включает текущую, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков (компетентностей) обучающихся осуществляется на практических занятиях, а также при выполнении самостоятельной работы (тесты и практические задания).

Заключительным этапом обучения слушателей по программе «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов» является выполнение выпускной аттестационной работы. Она представляет собой видеопрезентацию применения выбранной фитнес-технологии (классической оздоровительной аэробики, фитбол-тренинг, степ-аэробики) в виде двигательной композиции продолжительностью 15-20 минут.

К защите аттестационной работы допускаются слушатели, полностью выполнившие учебный план, не имеющие академической задолженности и представившие все необходимые для защиты документы.

Работа защищается перед аттестационной комиссией и представляется с помощью устного доклада (при необходимости) и видеопрезентацией применения выбранной фитнес-технологии. Состав комиссии определяется куратором программы; в комиссию могут входить представители компаний-партнёров, преподаватели.

По результатам защиты аттестационной работы аттестационная комиссия принимает решение о выдаче удостоверения о повышении квалификации.

## **КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ**

### **Составители программы:**

Иноземцева Елена Сейтхановна, кандидат биологических наук, доцент, заведующая кафедрой теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности НИ ТГУ

Землякова Зоя Сергеевна, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта НИ ТГУ

Чадина Дарья Михайловна, тренер-преподаватель кафедры физической культуры и спорта НИ ТГУ

# ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Модуля 1

### «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов»

#### Авторы программы:

Иноземцева Елена Сейтхановна, кандидат биологических наук, доцент, заведующая кафедрой теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности ФФК НИ ТГУ

Землякова Зоя Сергеевна, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта НИ ТГУ

Чадина Дарья Михайловна, тренер-преподаватель кафедры физической культуры и спорта НИ ТГУ

**Цель:** освоение фитнес-технологий в профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, формирование у обучающихся профессиональных компетенций, необходимых для их применения.

#### I. СОДЕРЖАНИЕ

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
Раздел 1. Теоретические основы организации занятий физической культурой в ВУЗе			
Тема 1. Методические принципы построения учебного процесса по физической культуре в ВУЗе. (2 ч.)	Социальные функции физической культуры в ВУЗе. Цель и задачи физического воспитания. Теоретический и практический раздел учебного материала по физической культуре. Оперативный, текущий, итоговый контроль успеваемости студентов. Тестирование общефизической и профессиональноприкладной физической подготовленности. Распределение студентов по учебным отделениям. Формы учебных и внеучебных занятий по физической		

	культуре в ВУЗе. (2 ч)		
Тема 2. Структура, направленность, организационные формы учебно-тренировочных занятий по физической культуре в ВУЗе. (2 ч.)	Структура учебно-тренировочных занятий по физической культуре, Организационные формы учебно-тренировочных занятий по физической культуре. Методические особенности проведения круговой тренировки. (1 ч)		Исходя из конкретной организационной формы составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по физической культуре. (1 ч.)
Раздел 2. Фитнес-технология Классическая оздоровительная аэробика.			
Тема 1. Основы методики проведения занятия по классической оздоровительной аэробике. (2 ч.)	Структура занятия классической оздоровительной аэробикой. Особенности музыкального сопровождения занятия. Методы педагогического контроля и самоконтроля. Виды команд преподавателя. (2 ч)		
Тема 2 Базовые шаги классической аэробики. (3 ч.)		Шаги со сменой лидирующей ноги. Шаги без смены лидирующей ноги (2 ч.)	Тест (1 час)
Тема 3 Специфические методы составления и разучивания аэробных связок. (3 ч.)		Метод сходства. Метод усложнения. Метод музыкальной интерпретации. Метод блоков. Метод «Калифорнийский стиль» (2 ч.)	Визуальный анализ видео материала. (1 ч.)
Раздел 3. Фитнес-технология Фитбол-тренинг			
Тема 1. Теоретические основы занятий Фитбол-аэробикой. (3 ч.)	История возникновения и развития Фитбол-аэробики. Оздоровительное воздействие занятий с использованием Фитболов на организм занимающихся. Влияние занятий на фитболах на		

	физическое развитие и физическую подготовленность. Классификация и характеристика упражнений Фитбол-аэробики. (3 ч)		
Тема 2. Методика проведения занятий Фитбол-аэробикой. (5 ч.)		Требования к организации и проведению занятий. Структура и построение занятий по Фитбол-аэробике. Методика обучения упражнениям Фитбол-аэробики. Музыкальное сопровождение занятий. Техника выполнения базовых шагов Фитбол-аэробики и методы конструирования связок. (3 ч.)	Тест по проверке знаний по Фитбол-аэробики (2 ч.)
Раздел 4. Фитнес-технология Степ аэробика			
Тема 1. Основы методики проведения занятия по степ - аэробике (2 ч.)	Структура занятия степ аэробикой. Особенности музыкального сопровождения занятия. Методы педагогического контроля и самоконтроля. Особенности техники безопасности. (2 ч)		
Тема 2 Базовые шаги степ аэробики. (2 ч.)		Шаги со сменой лидирующей ноги. Шаги без смены лидирующей ноги (2 ч.)	
Тема 3 Специфические методы составления и разучивания аэробных связок на степ-платформе. Использование простых модификаций основных шагов. (4ч.)		Метод сходства. Метод усложнения. Метод музыкальной интерпретации. Метод блоков. Метод «Калифорнийский стиль». Модификации простых шагов. Правила применения модификаций (2 ч.)	Визуальный анализ видео материала. Выполнение задания(2 ч.)

## **II. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ (организационно-педагогические)**

### **Материально-технические условия реализации программы:**

Программа может быть реализована дистанционно либо в формате смешанного обучения. Для смешанного и дистанционного обучения применяются технологии видеоконференцсвязи, и электронные курсы. Обучающиеся могут дополнить представленные материалы, подключая к учебной работе иные источники информации, освещающие обсуждаемые проблемы.

### **Содержание комплекта учебно-методических материалов.**

По данному курсу имеется печатное методическое пособие и электронный УМК «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов». Он предполагает использование разных типов материалов, сопровождающих учебный процесс, включая информационные, обучающие и контролируемые. Для расширения и углубления знаний по выбранной теме предлагаются списки литературы, тестовые задания.

УМК относится к категории ресурсов открытого доступа, сформированных на основе применения мультимедийных и сетевых технологий. Он может быть использован для освоения содержания учебного модуля «Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов».

### **Литература**

Основная литература по дисциплине:

1. Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. Физическая культура. М.: Юрайт, 2024. 451 с.
2. Беженцева Л.М., Иноземцева Е.С., Черепанова Л.А. Оздоровительная аэробика. Методические рекомендации: В 2 частях. Часть I.–Томск,2008.
3. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.
4. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 216 с.
5. Гимазов Р. М. Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям. Учебное пособие для вузов, 2-е изд. М.: Лань, 2024. 156 с
6. Казантинова Г. М. Физическая культура студента. Учебник для вузов, 2-е изд. М.: Лань, 2024. 304 с.
7. Клеменчук С.П. Музыкально- ритмическое воспитание. Учебное пособие. Ставрополь: Ставролит, 2019.
8. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия. – М.: RUGRAM, 2021.
9. Магомедов, Р. Р. Фитбол-аэробика и степ-аэробика : учебно-методическое пособие / Р. Р. Магомедов, Н. Н. Голякова, О. А. Голяков ; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь : СГПИ, 2019
10. Скороходова, Ю. М. Совершенствование координационных способностей посредством занятий степ-аэробикой в системе физического воспитания вуза : учебное пособие / Ю. М. Скороходова, Е. А. Высоцкая. — Липецк : Липецкий ГТУ, 2022.
11. Сютин, В. И. Современные инновационные физкультурно-оздоровительные технологии: оздоровительная аэробика, степ-аэробика, фитбол-аэробика : учебно-методическое пособие / В. И. Сютин, Я. В. Платонова, К. Э. Сандрос. — Тамбов : ТГУ им. Г.Р.Державина, 2022.

Дополнительная литература:

1. Зайцев А. А., Зайцева В. Ф., Луценко С. Я. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка. М.: Юрайт, 2020. 227 с.
2. Королев А. С. Круговая тренировка как средство массовой физической подготовки студентов. Учебное пособие для вузов. М.: Лань, 2023. 68 с.
3. Оздоровительная аэробика с использованием фитболов : учебно-методическое пособие / составители В. П. Иващенко [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГПМУ, 2019

Электронные ресурсы:

1. Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>
2. Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>
3. ЭБС Консультант студента <http://www.studentlibrary.ru/>
4. Образовательная платформа Юрайт <https://urait.ru/>
5. ЭБС ZNANIUM.com – <https://znanium.com/>
6. ЭБС IPRbooks – <http://www.iprbookshop.ru/>

### **III. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ (формы аттестации, оценочные и методические материалы)**

Промежуточная аттестация осуществляется тестовыми вопросами по анализу представленного видео или теоретического материала, а так же выполнением заданий.

*Примеры тестовых заданий*

Тест №1 Организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенство человека, называется:

- а) обучаемостью;
- б) физической подготовкой;
- в) обучением;
- г) физическим воспитанием.

Тест №2

Второй этап структуры процесса обучения называется:

- а) углубленного разучивания;
- б) совершенствования;
- в) закрепления;
- г) начального разучивания.

Тест №3

В структуру учебно-тренировочного занятия по физической культуре не входит:

- а) вводно-подготовительная часть;
- б) основная часть;
- в) заключительная часть;
- г) теоретическая часть.

Тест №4

При индивидуальной форме занятий:

- а) занимающиеся получают задание и выполняют самостоятельно;
- б) имеются хорошие условия для создания соревновательного микроклимата;
- в) группа занимающихся одновременно выполняет одни и те же упражнения;
- г) наиболее распространены стационарная и круговая формы проведения тренировочных занятий.

Тест №5

Теоретический материал по дисциплине «Физическая культура»

- а) формирует мировоззренческую систему научно-практических знаний;
- б) обеспечивает операциональное овладение способами физкультурной деятельности;
- в) обеспечивает оперативную, текущую и итоговую информацию о степени и качестве освоения теоретических и методических знаний-умений;
- г) выявляет уровень сформированности физической культуры.

Тест №6

Анализ видеоматериала:

1. Какие базовые шаги со сменой лидирующей ноги использовались в представленной на видео связке:

- а) ни ап (Knee up)
- б) шассе (shasse)
- в) грейпвайн (Grapevine)
- г) захлест (kerl)

2. Какие базовые шаги без смены лидирующей ноги использовались в представленной на видео связке:

- а) ви степ (v-step)
- б) кросс (cross)
- в) мамбо (mambo)
- г) пивот (pivot)

3. Сколько раз за связку происходит смена лидирующей ноги на начало восьмерки?

- а) один
- б) два
- в) не происходит

4. Какие методы разучивания связки используются?

- а) Метод сходства
- б) Метод усложнения
- в) Метод «Калифорнийский стиль»
- г) Метод музыкальной интерпретации

Тест №7.

Какие указания и команды используются в аэробике:

- а) словесные
- б) визуальные
- в) образные
- г) утверждающие

Тест №8

По каким признакам можно определить степень утомления на занятиях Аэробикой?

- а) цвет кожи
- б) координация движений
- в) дыхание
- г) потливость
- д) чувство голода

Тест №9

Какой размер имеет мяч для фитбол-аэробики?

- а) 45-95 см в диаметре
- б) 56-96 см в диаметре
- в) 30-48 см в диаметре

Тест №10

Чем полезны упражнения на фитболе?

- а) Как профилактика заболевания суставов
- б) Для работы с осанкой
- в) Для улучшения координации



### *Примеры практических заданий*

Задание 1. Посмотрите видео фрагмент и постарайтесь его выполнить с "воображаемой степ-платформой" и ответьте на вопросы:

1. Перечислите все базовые шаги, которые были модифицированы в этой связке.
2. Сколько раз в связке (берем в рассмотрение весь музыкальный квадрат 8 восьмерок) происходит смена лидирующей ноги к началу последующей восьмерки?
3. Что произойдет со связкой, если последнюю восьмерку заменить на Овер?

Задание 2. Просмотрите 4 видеоклипа, в каждом из них происходит модификация шага "Три колена", но разными методами разучивания. Напишите в каких фрагментах использовался метод усложнения, а в каких метод схождения?

Задание 3. В этом видеоклипе сначала демонстрируется готовая связка, а потом подробно раскладывается ее разучивание. Попробуйте ответить на вопросы:

1. Является ли связка симметричной?
2. Сколько восьмерок длится связка без повторений?
3. Чем принципиально различаются способы разучивания первой и второй части?

## Технологическая карта дисциплины

«Использование фитнес-технологий в физкультурно-оздоровительной работе со студентами ВУЗов»

Автор программы – Иноземцева Е.С., Землякова З.С., Чадина Д.М.

Продолжительность обучения

Итоговый контроль – тестирование, задания.

№ тем ы	Название темы	Неделя	Педагогические технологии						
			Лекция	Практ. занятие	Семинар	Самостоятельн ая работа	Консуль- тация	Тест	Итоговый контроль
<b>Раздел 1. Теоретические основы организации занятий физической культурой в ВУЗе</b>									
1	Методические принципы построения учебного процесса по физической культуре в ВУЗе.		ЭТ+КП					Т	Т
2	Структура, направленность, организационные формы учебно-тренировочных занятий по физической культуре в ВУЗе		ЭТ+КП			КП+ЭУК			
<b>Раздел 2. Фитнес-технология Классическая оздоровительная аэробика</b>									
1	Основы методики проведения занятия по классической оздоровительной аэробике.		ЭТ+КП						
2	Базовые шаги классической аэробики.			ВФ+КП				Т	Т
3	Специфические методы составления и разучивания аэробных связок.			ВФ+КП		КП+ЭУК		ВФ+Т	ВФ+Т
<b>Раздел 3. Фитнес-технология Фитбол-тренинг</b>									
1	Теоретические основы занятий Фитбол-аэробикой		КП+ВФ					ВФ+Т	
2	Методика проведения занятий Фитбол-аэробикой			ЭТ+КП		ВФ+ЭУК			ВФ+Т
<b>Раздел 4. Фитнес-технология Степ - аэробика</b>									

№ тем ы	Название темы	Неделя	Педагогические технологии						
			Лекция	Практ. занятие	Семинар	Самостоятельн ая работа	Консуль- тация	Тест	Итоговый контроль
1	Основы методики проведения занятия по степ - аэробики.		ЭТ+КП						
2	Базовые шаги степ - аэробики.			ВФ+КП		КП+ЭУК			
3	Специфические методы составления и разучивания аэробных связок на степ- платформе. Использование простых модификаций основных шагов			ВФ+КП		КП+ЭУК		ВФ+3	ВФ+3

### Перечень основных информационных ресурсов и используемых технологий

ЭТ	электронный текст
КП	компьютерная презентация
Т	тест
ЭУК	электронный учебный курс
ВФ	видеофайл

## Технологии представления информации в СДО «Электронный университет - Moodle»

Вид занятия	Технология проведения занятия в СДО
Лекция	<p>Традиционная лекция может быть представлена следующими способами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• публикация <b>текста лекции</b> для самостоятельного изучения (ЭТ);</li> <li>• создание <b>интерактивного элемента «лекция»</b> с возможностью использования встроенных тестовых заданий, нелинейной навигации по материалам для работы (ИЛ)</li> <li>• размещение <b>презентации</b> (КП)</li> <li>• <b>электронный учебный курс</b> (ЭУК) – электронный образовательный ресурс, который предоставляет теоретический материал, организует тренировочную учебную деятельность и контроль уровня знаний. ЭУК может иметь встроенные механизмы адаптации под нужды конкретного обучающегося (может быть использован как цельный электронный ресурс)</li> </ul>
Практическое занятие	<p>Практическая работа в СДО Moodle может быть представлена комплексом элементов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• инструкциями в виде <b>текста, видео или аудиозаписи</b> (ЭТ, ВФ, АФ);</li> <li>• элементом «<b>Задание</b>», служащим для отправки студентами своих работ в установленный срок;</li> <li>• элементом «<b>Вики</b>», позволяющим создавать совместную работу по принципам редактирования вики-страниц (W);</li> <li>• <b>форумом</b> (Ф);</li> <li>• элементом «<b>База данных</b>», позволяющим создавать галереи студенческих работ или накапливать какие-либо материалы (БД).</li> </ul>
Семинар	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Семинарское занятие в СДО Moodle может быть представлено в виде <b>форума</b> или <b>чата</b> (ЧС), в котором ведется обсуждение поставленных вопросов, в виде специфического форума «Вопрос-ответ» или в виде элемента «Задание», если от учащихся требуется получить какой-либо текст или файл с работой.</li> <li>• В СДО Moodle представлены типы совместной работы студентов: элемент «<b>Вики</b>» и «<b>Семинар</b>» (С). В рамках «Семинара» учащиеся проводят экспертные оценки работ (peer review) по анкете, созданной преподавателем. Такая схема работы широко используется в зарубежных массовых онлайн курсах.</li> </ul>
СРС	<p>Самостоятельная работа студентов в СДО Moodle может быть организована при помощи различных сочетаний любых элементов и ресурсов.</p>
Консультация	<p>Консультации могут проводиться в режиме <b>чата, форума</b> или через <b>систему личных сообщений</b>.</p>
Тест	<p>Moodle позволяет создавать различные виды <b>тестов</b>. В стандартной конфигурации предлагается использовать 11 типов вопросов. Также есть возможность установки дополнений, расширяющих возможности тестов.</p>
Итоговый контроль	<p>Итоговый контроль в электронном курсе СДО Moodle может осуществляться при помощи любого элемента курса, который преподаватель считает подходящим. Это может быть отправка <b>задания</b>, выполнение <b>теста</b>, <b>обсуждение</b> текста или ответы на вопросы в форуме.</p>

### **Некоторые особенности организации электронных курсов в системе Moodle:**

- Все элементы курса (задания, тесты, лекции и др.) могут предоставляться в определенный период времени. Преподаватель сам решает, когда и к какой части курса получают доступ учащиеся. Также можно устанавливать взаимосвязь элементов курса друг с другом, к примеру, студент С. Иванов не сможет получить доступ к итоговому тесту, если он не сдал 3 контрольных работы.
- СДО Moodle позволяет использовать различные способы подсчета итоговых и промежуточных оценок в курсе.
- Преподаватели получают доступ к отчетам о работе студентов с курсом и статистике посещений.
- Все элементы курса moodle позволяют встраивать видео и аудио.

По вопросам участия в программе обращаться:

Е-mail: [inozemtseva@mail.tsu.ru](mailto:inozemtseva@mail.tsu.ru), тел: 8 913 826 60 33 Иноземцева Елена Сейтхановна

В теме письма поставить пометку - ФПК «Фитнес-технологии»