

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич

Подготовил: рецензент

Дата подписания: 02.04.2021 07:36:28

Уникальный программный ключ:

39428e82d614a3cd984f917b018f05d3c07192daabc77df685db3d1c770f6c7c

СМК-РПД-В1.П2.-2019

Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено на заседании
кафедры физического воспитания
«11» апреля 2019 г., протокол № 8
Зав. кафедрой физического воспитания
_____ Л.А. Баранова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта

(шифр и наименование учебной дисциплины (курса, модуля))

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки (специальности))

Профиль подготовки: Физическая культура

(наименование профиля)

Квалификация выпускника: бакалавр

Формы обучения: заочная

Курс 2 Семестр 3,4

экзамен: 4 семестр

Год набора 2016,2017,2018

Петропавловск-Камчатский, 2019

Рабочая программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», утверждённого приказом Минобрнауки России от 04.12.2015 года № 1426.

Составитель:

доцент кафедры теоретической и практической психологии

_____ Е.С.Шучковская

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины	4	
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО		4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине	4	
4. Содержание дисциплины		7
5. Тематическое планирование	10	
6. Самостоятельная работа	13	
7. Перечень вопросов на экзамен		19
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	20	
9. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента	21	
10. Материально-техническая база		34

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: –освоение студентами системы научно-практических знаний в области теории физической культуры и спорта и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности.

Задачи дисциплины:

- использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, формирование здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях;
- организовать и проводить научные исследования в сфере профессиональной деятельности;
- используя педагогические, медико-биологические методы, контролировать состояние занимающихся, влияние на них физических нагрузок и в зависимости от результатов контроля корректировать их;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую работу по физической культуре с использованием современных методов исследований и достижений отечественной и зарубежной науки.

2. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина относится к дисциплинам вариативной части. Освоению студентами данной дисциплины предшествует изучение таких учебных дисциплин, как «Педагогика», «Безопасность жизнедеятельности», «Анатомия», «Физиология», «Психология», «Биохимия», «История физической культуры и спорта», «Основы методики спортивных игр», «Лыжный спорт», «Гимнастика».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки: ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1

Код	Компетенция	Универсальные дескрипторы сформированности компетенции	
		знать:	
ОК-1	Способность использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения	знать:	основы философских (в том числе этических) учений как основы формирования убеждений, ценностных ориентаций, мировоззрения; основные философские понятия и категории, закономерности социокультурного развития общества; категории «духовность», «патриотизм», «гражданственность» как ценностные основания личности; основные закономерности взаимодействия человека и общества; механизмы и формы социальных отношений; философские основы развития проблемы ценностей и ценностных ориентаций; основы системного подхода (основные принципы,

			положения, аспекты и т. д.) как общенаучного метода; критерии сопоставления алгоритмов (методов) решения различных (освоенных или близких к ним по содержанию) классов задач; принципы, критерии и правила построения суждений, оценок; достоинства, недостатки, условия использования методов (способов, алгоритмов), применяемых для комплексного решения поставленной задачи
		уметь:	ориентироваться в системе философских и социально-гуманитарных знаний как целостных представлений для формирования научного мировоззрения; объяснять понятия «духовность», «патриотизм», «гражданственность»; осуществлять анализ учебной междисциплинарной задачи и (или) учебно-профессиональной (квазипрофессиональной) задачи, используя основы философских и социально-гуманитарных знаний, основы системного подхода (умеет выделить базовые составляющие (элементы), связи, функции и т. д.); осуществлять поиск информации, необходимой для решения поставленной задачи, используя различные источники информации; осуществлять анализ собранной информации на соответствие ее условиям и критериям решения поставленной задачи; выбирать критерии для сопоставления и оценки алгоритмов (методов) решения определенного класса задач; грамотно, логично, аргументировано формулировать собственные суждения и оценки; отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок и т. д. в рассуждениях других участников деятельности; переносить теоретические знания на практические действия; оценивать эффективность принятого решения (решения поставленной задачи)
		владеть	навыками философского мышления для выработки эволюционного, системного, синергетического взглядов на проблемы общества, навыками оценивания мировоззренческих, социально-культурных проблем в контексте общественной и профессиональной деятельности; навыками формирования патриотического отношения и гражданской позиции при решении социальных задач; навыками анализа задачи, выделяя ее базовые составляющие, декомпозиции задачи; способностью находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи; способностью

			анализировать различные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки, грамотно, логично, аргументировано формировать собственные суждения и оценки.
ОК-6	Способность к самоорганизации и самообразованию	знать:	социально-личностные и психологические основы самоорганизации; основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция); основные мотивы и этапы самообразования; типы профессиональной мобильности (вертикальная и горизонтальная); структуру профессиональной мобильности (внутренняя потребность в профессиональной мобильности, самоосознание личностью своей профессиональной мобильности, сформированное на основе рефлексии готовности к профессиональной мобильности); условия организации профессиональной мобильности; различные виды проектов, их суть и назначение; общую структуру концепции проекта, понимает ее составляющие и принципы их формулирования; о концепциях (концептуальных моделях) проектов в будущей профессиональной деятельности; о правовых и экономических основах разработки и реализации проектов в будущей профессиональной деятельности; системы и стандарты качества, используемые в будущей профессиональной деятельности; принципы, критерии и правила построения суждений, оценок
		уметь:	в рамках поставленной цели сформулировать взаимосвязанные задачи, обеспечивающие ее достижение, а также результаты их выполнения; выбирать оптимальный способ решения задачи, учитывая предоставленные в проекте ресурсы и планируемые сроки реализации данной задачи; представлять в виде алгоритма (по шагам и видам работ) выбранный способ решения задачи; определять время, необходимое на выполнение действий (работ), предусмотренных в алгоритме; документально оформлять результаты проектирования; реализовывать спроектированный алгоритм решения задачи (т. е. получить продукт) за установленное время; оценивать качество полученного результата; грамотно, логично, аргументировано формировать собственные суждения и оценки; оставлять доклад по представлению полученного результата решения конкретной задачи, учитывая установленный регламент выступлений; видеть суть вопроса,

			<p>поступившего в ходе обсуждения, и грамотно, логично, аргументировано ответить на него; видеть суть критических суждений относительно представляемой работы и предложить возможное направление ее совершенствования в соответствии с поступившими рекомендациями и замечаниями.</p>
		владеть	<p>способностью формулировать в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение, определять ожидаемые результаты решения выделенных задач; навыками решения конкретных задач проекта заявленного качества за установленное время; навыками публичного представления результатов решения конкретной задачи проекта; навыками самообразования, планирования собственной деятельности, оценки результативности и эффективности собственной деятельности; навыками организации социально-профессиональной мобильности.</p>
ОПК-1	<p>Готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности</p>	знать:	<p>сущность, ценностные (в том числе этические) характеристики и социальную значимость (в том числе востребованность) профессии педагога; приоритетные направления развития системы образования России; мотивационные ориентации и требования к личности и деятельности педагога; ориентиры личностного и профессионального развития, ценности, традиции педагогической деятельности в контексте культурно-исторического знания, в соответствии с общественными и профессиональными целями отечественного образования; значимость роли педагога в формировании социально-культурного образа окружающей действительности у подрастающего поколения россиян.</p>
		уметь:	<p>определять цели, задачи и содержание педагогической деятельности; определять мотивы деятельности педагога в рамках повышения качества образования; реализовывать профессиональные задачи в рамках своей квалификации, соблюдая принципы профессиональной этики; применять систему приобретенных знаний, умений и навыков, способностей и личностных качеств, позволяющих успешно решать функциональные задачи, составляющие сущность профессиональной деятельности учителя как носителя определенных ценностей, идеалов и педагогического сознания.</p>

		владеть	<p>навыками оценки и критического анализа результатов своей профессиональной деятельности; опытом выполнения профессиональных задач в рамках своей квалификации и в соответствии с требованиями профессиональных стандартов; навыками сопряжения целей, содержания, форм, средств, результатов обучения с общественными, социокультурными и профессиональными целями образования, с характером и содержанием.</p>
ПК 1	<p>Готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p>		<p>Знать: содержание учебного предмета (учебных предметов); принципы и методы разработки рабочей программы учебной дисциплины; преподаваемый предмет и специальные подходы к обучению; программы и учебники по учебной дисциплине.</p> <p>Уметь: применять принципы и методы разработки рабочей программы учебной дисциплины на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение; использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся; планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой.</p> <p>Владеть: навыками разработки и реализации программы учебной дисциплины в рамках основных общеобразовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования; навыками корректировки рабочей программы учебной дисциплины для различных категорий обучающихся и реализации учебного процесса в соответствии с основными общеобразовательными программами начального общего, основного общего и среднего общего образования; навыками составления календарного плана учебного процесса по предмету и осуществления обучения по готовой рабочей программе.</p>
ПК 2	<p>Способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики</p>		<p>Знать: условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых результатов обучения; специфику использования современных образовательных и оценочных технологий в предметной области; основные виды образовательных и оценочных технологий, основы методики преподавания предмета; технологии организации рефлексивной деятельности, специальные педагогические условия</p>

			<p>формирования рефлексивных умений у обучающихся, критерии рефлексии, методы анализа и оценки своей профессиональной деятельности и результатов деятельности обучающихся; основные средства и приёмы анализа своей профессиональной деятельности и деятельности обучающихся; технологию организации контрольно-оценочных мероприятий с целью диагностики образовательных достижений учащихся.</p> <p>Уметь: отбирать современные образовательные и оценочные технологии с учётом специфики учебного предмета, возрастных и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей обучающихся; проектировать учебное занятие с использованием современных образовательных технологий при учёте специфики предметной области; планировать учебные занятия с использованием основных видов образовательных технологий для решения стандартных учебных задач; использовать сознательный перенос изученных способов профессиональной деятельности в новые условия, формировать рефлексивные умения у обучающихся, определять основания деятельности, выделять существенные признаки формулировать задачи учебного занятия, анализировать результаты учебного занятия; использовать основные средства и приёмы анализа в своей профессиональной деятельности и деятельности обучающихся; использовать современные, в том числе информационные технологии для диагностики образовательных результатов учащихся в системе начального общего, основного общего и среднего общего образования.</p> <p>Владеть: навыками реализации современных образовательных технологий с учётом специфики учебного предмета, возрастных и индивидуальных особенностей, особых образовательных потребностей;</p> <p>навыками проведения учебных занятий с использованием современных образовательных технологий, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; навыками внесения корректировки в свою профессиональную деятельность при постановке новых задач на основе анализа компонентов учебного процесса и учёте мнения других субъектов образовательной деятельности;</p>
--	--	--	--

			<p>навыками прогнозирования последовательности педагогических действий, оценки эффективности выбранного плана с учётом результатов контроля и оценки учебных достижений обучающихся; навыками выявления ошибки и достижения в своей профессиональной деятельности и деятельности обучающихся.</p>
ПК 3	Способность решать задачи воспитания и духовно нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности		<p>Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основы методики и содержание воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода; виды и приёмы современных педагогических технологий; основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях; содержание духовно-нравственного развития обучающихся в условиях начального общего, основного общего и среднего общего образования; специфику организации основных видов учебной и внеурочной деятельности с учётом возможностей образовательной организации и историко-культурного своеобразия региона; содержание, формы, методы и средства организации учебной и внеурочной деятельности (учебной, исследовательской, проектной, игровой, культурно-досуговой и т. д.); виды деятельности (учебной, исследовательской, проектной, игровой, культурно-досуговой и т. д.) для обучения, воспитания и развития обучающихся; методики и технологии психолого-педагогического регулирования поведения обучающихся.</p> <p>Уметь: планировать учебную и внеурочную деятельность с различными категориями обучающихся; использовать современные методики и технологии для организации воспитательной деятельности; строить воспитательную деятельность с учётом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей; определять содержание и требования к результатам основных видов учебной и внеурочной деятельности; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач и</p>

			<p>задач духовно-нравственного развития обучающихся; проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу ребенка; формировать у обучающихся толерантность и навыки социально осознанного поведения в изменяющейся поликультурной среде.</p> <p>Владеть: современными, в том числе интерактивными формами и методами воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности для решения воспитательных задач и задач духовно-нравственного развития обучающихся; навыками организации учебной и внеурочной деятельности с различными категориями обучающихся в рамках конкретного вида деятельности; навыками выполнения поручений по организации учебно-исследовательской, проектной, игровой и культурно-досуговой деятельности обучающихся.</p>
ПК 4	Способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета		<p>Знать: специфику начального общего, основного общего и среднего общего образования и особенности организации образовательного пространства в условиях образовательной организации; основные психолого-педагогические подходы к проектированию и организации образовательного пространства (культурно-исторический, деятельностный, личностный) для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета; основные характеристики и способы формирования безопасной развивающей образовательной среды; современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; методы и технологии поликультурного, дифференцированного и развивающего обучения.</p> <p>Уметь: применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения; разрабатывать и реализовывать проблемное обучение, осуществлять связь обучения по предмету (курсу, программе) с практикой, обсуждать с обучающимися актуальные события современности; поддерживать в детском</p>

ОПОП	СМК-РПД–В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

			<p>коллективе деловую, дружелюбную атмосферу для обеспечения безопасной развивающей образовательной среды; формировать и реализовывать программы развития универсальных учебных действий, образцов и ценностей социального поведения.</p> <p>Владеть: навыками планирования и организации учебно-воспитательного процесса, ориентированного на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучения; навыками регулирования поведения обучающихся для обеспечения безопасной развивающей образовательной среды.</p>
--	--	--	---

3. Содержание дисциплины

Тема 1. Характеристика теории и методик физической культуры и спорта.

Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности. Общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру: физические упражнения, как формы специально организованной двигательной активности человека; комплекс материальных и духовных ценностей, созданных в обществе для удовлетворения потребности в совершенствовании физических возможностей человека; положительные изменения в физическом состоянии человека, как результаты физкультурной деятельности.

Тема 2. Цели и задачи физической культуры и спорта. Основные понятия.

Предмет теории и методики физической культуры и спорта. История становления теории и методики физической культуры и спорта и ее роль в системе профессионального образования преподавателя физической культуры и спорта. Цель и задачи функционирования физической культуры в обществе.

Педагогический характер физического воспитания и его специфические особенности. Социальные и индивидуальные потребности, определяющие прикладную ориентацию физического воспитания. Физическое воспитание как многолетний процесс, обеспечивающий формирование двигательных умений и навыков, наряду с оптимизацией развития физических качеств человека.

Тема 3. Характеристика теории и методик физической культуры и спорта.

Задачи по оптимизации физического развития, совершенствованию физических возможностей, упрочению и сохранению здоровья; задачи по формированию необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний. Конкретизация задач формирования физической культуры в зависимости от возраста, индивидуальных особенностей и взаимосвязь.

Отдых как компонент физического воспитания. Разновидности интервалов отдыха, обусловленные его продолжительностью и операционным составом. Использование тренажерных устройств для повышения эффективности физических упражнений. Идеомоторные, психорегулирующие и другие методы, используемые в физическом воспитании.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

5. Тематическое планирование

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Теория физической культуры и спорта	4	6	0	80	90
	Всего	4	6	0	80	90

Тематический план

Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Лекции		
1	Характеристика теории и методики физической культуры и спорта	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
2	Цели и задачи физической культуры и спорта. Основные понятия	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
	Практические занятия (семинары)		
1	Сущность и причины возникновения физической культуры и спорта	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
2	Теория и методика физической культуры и спорта, ее основные понятия	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
3	Система физического воспитания в Российской Федерации	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
	Самостоятельная работа		
1	Характеристика теории и методик физической культуры и спорта	12	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
3	Сущность и причины возникновения физической культуры и спорта	12	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
4	Теория и методика физической культуры и спорта, ее основные понятия	12	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
5	Система физического воспитания в Российской Федерации	12	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
6	Возрастные особенности физического воспитания	12	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

7	Теория спортивной деятельности	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
8	Теория спортивных соревнований	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1

Тематическое планирование

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Теория физической культуры и спорта	2	10	0	105	117
	Всего	2	10	0	105	117

Тематический план

Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	Лекции		
1	Характеристика теории и методик физической культуры и спорта	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
	Практические занятия (семинары)		
1	Сущность и причины возникновения физической культуры и спорта	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
2	Теория и методика физической культуры и спорта, ее основные понятия	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
3	Система физического воспитания в Российской Федерации	2	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
4	Цели и задачи физической культуры и спорта. Основные понятия	4	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
	Самостоятельная работа		
1	Характеристика теории и методик физической культуры и спорта	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
3	Сущность и причины возникновения физической культуры и спорта	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
4	Теория и методика физической культуры и спорта, ее основные понятия	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

5	Система физического воспитания в Российской Федерации	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
6	Возрастные особенности физического воспитания	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
7	Теория спортивной деятельности	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
8	Теория спортивных соревнований	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
9	Тактическая тренировка спортсменов	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
10	Многолетний тренировочный процесс	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
11	Контроль в спорте	10	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1
12	Двигательная активность. Компоненты двигательной активности	5	ОК-6; ОПК-1; ОК-1; ПК-4; ПК-3; ПК-2; ПК-1

6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает написание конспекта учебной лекции, выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение и осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- решение ситуационных задач;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

6.1 Планы практических занятий

3 СЕМЕСТР

Практическое занятие № 1. Сущность и причины возникновения физической культуры и спорта.

1. Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности
2. Общие и специфические признаки физической культуры.
3. Характеристика спорта как особой области человеческой культуры.
4. Соотношение понятий физическая культура и спорт.

Практическое занятие № 2. Теория и методика физической культуры и спорта, ее основные понятия.

1. Предмет теории и методики физической культуры и спорта.
2. История становления теории и методики физической культуры и спорта и ее роль в системе профессионального образования преподавателя физической культуры и спорта.
3. Место учебной дисциплины в государственных образовательных стандартах высшего образования по специальности 050720 – «Физическая культура».
4. Связь дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» с научной специальностью – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной и адаптивной физической культуры».
5. Структура теории и методики физической культуры и спорта как учебной дисциплины.

Практическое занятие № 3. Система физического воспитания в Российской Федерации

1. Социальная сущность физической культуры
2. Основы системы физического воспитания.
 - а) Идеиные основы системы физического воспитания, выраженные в целевых установках, для реализации которых организуется физкультурно-спортивное движение;
 - б) Теоретико-методические основы системы физического воспитания, включающие научно-практические знания о закономерностях, средствах и методах достижения целевых установок в области физической культуры и спорта;
 - в) Программно-нормативные основы;
 - г) Организационные основы.
3. Специфические функции физической культуры
4. Общекультурные, общевоспитательные и другие социальные функции физической культуры
5. Формы физической культуры
6. Соотношение понятий: культура, физическая культура, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовленность, физическое совершенство, физическое образование

4 семестр**Практическое занятие № 1. Общая характеристика физической культуры**

1. Цель и задачи функционирования физической культуры в обществе.
2. Педагогический характер физического воспитания и его специфические особенности.
3. Физическое воспитание как многолетний процесс.
4. Соотношение физического развития и физического воспитания.

Практическое занятие № 2-3. Средства и методы формирования физической культуры.

1. Средства физического воспитания
2. Методы физического воспитания:

- а) Классификация методов. Общие требования к их выбору;
 - б) Методы, направленные на приобретение знаний;
 - в) Методы овладения двигательными умениями и навыками;
 - г) Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие двигательных способностей
3. Способы регулирования нагрузки и отдыха и способы организации освоения двигательных действий, составляющие структурную основу методов физического воспитания.
4. Иерархия принципов в системе физического воспитания
- а) Обще методические принципы;
 - б) Специфические принципы физического воспитания.

Практическое занятие № 4. Методика обучения двигательным действиям

1. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.
2. Теория поэтапного формирования двигательного действия.
3. Взаимодействие навыков.
4. Закономерности формирования умений и навыков.
5. Этапы обучения:
 - а) начального разучивания;
 - б) углубленного разучивания;
 - в) совершенствования выполнения двигательного действия.
6. Ошибки и пути их устранения.
7. Возможности изменения сформированных умений и навыков.
8. Профилактика травматизма в процессе освоения двигательных действий.

Практическое занятие № 5. Методика воспитания физических способностей.

1. Основные физические качества – комплексы морфофункциональных свойств организма.
2. Свойства опорно-двигательного аппарата, механизмов энергообеспечения и функциональных систем, ответственных за управление движениями, обуславливающие проявление физических качеств.
2. Основные закономерности развития физических способностей
3. Принципы развития физических способностей.
4. Создание условий для всестороннего развития физических качеств и обеспечение возможности их использования в различных видах деятельности как общая задача воспитания физических способностей

6.2 Самостоятельная работа студентов

Задания для самостоятельной работы.

Для того чтобы цель сделать реально достижимой, в физическом воспитании решается комплекс конкретных задач. Впишите в таблицу специфические и общепедагогические задачи физического воспитания.

Специфические задачи		Общепедагогические задачи
Задачи по оптимизации физического развития человека	Специальные образовательные задачи	
1.	1.	1.

2.	2.	2.
3.	3.	3.

1. Заполните таблицу «Оздоровительное значение, образовательная роль, влияние на личность физических упражнений».

Оздоровительное значение физических упражнений	Образовательная роль физических упражнений	Влияние физических упражнений на личность

2. Заполните таблицу «Внутренняя и внешняя структура физического упражнения».

Внутренняя структура физического упражнения	Внешняя структура физического упражнения

3. Впишите в таблицу биомеханические характеристики движений.

Пространственные характеристики движений	Временные характеристики движений	Пространственно-временные характеристики движений	Динамические характеристики движений

4. В зависимости от интервалов времени, проходящего до очередного занятия физическими упражнениями, выделяют следующие фазы изменения эффекта физических упражнений: 1) фаза относительной нормализации; 2) суперкомпенсаторная фаза; 3) редуционная фаза. Впишите в таблицу характерные признаки для каждой из перечисленных фаз.

Фазы изменения эффекта физических упражнений		
Фаза относительной нормализации	Суперкомпенсаторная фаза	Редуционная фаза

5. Заполните таблицу «Классификация физических упражнений».

Классификация физических упражнений					
По признаку исторически сложившихся систем физического воспитания	По анатомическому признаку	По признаку преимущественной направленности на воспитание отдельных физических качеств	По признаку структуры движения	По признаку физиологических зон мощности	По признаку спортивной специализации

1. Заполните таблицу «Методы обучения двигательным действиям и их характеристика».

Методы обучения	Характеристика методов

2. Заполните таблицу «Методы использования слова (словесные методы) в физическом воспитании и их характеристика».

Словесные методы	Характеристика методов

3. Заполните таблицу «Методы обеспечения наглядности (наглядные методы) в физическом воспитании и их характеристика».

Наглядные методы	Характеристика методов

4. Заполните таблицу «Формы практической наглядности в физическом воспитании и их характеристика (назначение и средства)».

Практическая наглядность в процессе физического воспитания		
Форма наглядности	Назначение	Средства

1. Заполните таблицу «Методы воспитания физических качеств и их характеристика».

Методы воспитания	Характеристика методов

2. Заполните таблицу «Принцип доступности и индивидуализации в

ОПОП	СМК-РПД–В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

физическом воспитании и его характеристика».

Принцип доступности и индивидуализации	
Назначение	Характеристика

3. Перечислите критерии (показатели), по которым определяется доступность нагрузок и двигательных заданий в физическом воспитании.

Объективные показатели	Субъективные показатели

4. Заполните таблицу «Специфические принципы физического воспитания и их характеристика».

Специфические принципы физического воспитания	Характеристика принципов

7. Контрольные и курсовые работы не предусмотрены

8. Перечень вопросов на экзамены.

8.1. Вопросы к экзамену (4 семестр)

1. Предмет теории и методики физической культуры.
2. Основные документы планирования и виды педагогического контроля в физическом воспитании.
3. Возможности использования методики «круговой тренировки» в физическом воспитании.
4. Принцип непрерывности физического воспитания и системности чередования в нем нагрузок и отдыха.
5. Скоростные способности, их структура и методика воспитания.
6. Формы построения занятий в физическом воспитании.
7. Особенности реализации принципа сознательности и активности в физическом воспитании.
8. Методика воспитания выносливости.
9. Этап углубленного разучивания двигательных действий (задачи, особенности, методические принципы и методы).
10. Принцип связи физического воспитания с трудовой практикой.
11. Возможности использования игрового метода в процессе физического воспитания.
12. Нагрузка и отдых как компоненты физического воспитания.
13. Система принципов, регламентирующих процесс формирования физической культуры.
14. Скоростно-силовые способности и методика их воспитания.

15. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Взаимосвязь с другими видами воспитания личности.
16. Методика воспитания собственно-силовых способностей.
17. Средства, используемые в процессе физического воспитания.
18. Принцип постепенного повышения развивающих воздействий в физическом воспитании.
19. Этап углубленного разучивания двигательных действий задачи, особенности, методические принципы и методы.
20. Силовая выносливость и методика ее воспитания.
21. Особенности реализации принципа систематичности.
22. Форма и содержание физических упражнений.
23. Силовая выносливость и методика ее воспитания.
24. Принцип всемерного содействия всестороннему гармоничному развитию личности в системе физического воспитания.
25. Методы строго регламентированного упражнения.
26. Использование явления «переноса» тренированности, умений и навыков в физическом воспитании.
27. Специфические функции физической культуры в обществе.
28. Принцип оздоровительной направленности физического воспитания.
29. Координационные способности и методика их воспитания.
30. Соотношение и взаимосвязь физического развития и физического воспитания.
31. Организационные формы и условия функционирования системы физического воспитания в стране.
32. Общая выносливость и методика ее воспитания.
33. Игровой метод в физическом воспитании.
34. Соотношение и взаимосвязь физической культуры и спорта.
35. Основы регулирования массы тела.
36. Особенности применения общепедагогических методов в физическом воспитании.
37. Понятие «физическое совершенство».
38. Методика воспитания выносливости, проявляемой при выполнении упражнений в различных зонах мощности.
39. Структура обучения двигательным действиям.
40. Цель и основные задачи формирования физической культуры.
41. Принцип непрерывности и цикличности в физическом воспитании.
42. Совершенствование двигательного действия как завершающий этап обучения в физическом воспитании.
43. Физическая культура и ее основные аспекты.
44. Методы, используемые в процессе обучения двигательным действиям.
45. Гибкость и методика ее воспитания.
46. Базовая физическая культура, ее общая характеристика.
47. Физические упражнения – основное специфическое средство, используемое в процессе физического воспитания.
48. Сила и факторы, обуславливающие ее проявление.
49. Система физического воспитания и ее основные компоненты.
50. Техника физических упражнений, ее основные характеристики. Классификация физических упражнений.
51. Методика формирования осанки.
52. Соответствие педагогических воздействий возрастным особенностям занимающихся как специфическая закономерность физического воспитания.

53. Этап начального разучивания двигательных действий (задачи, особенности, методические приемы и методы).
54. Профессионально – прикладная физическая культура, ее общая характеристика.
55. Общекультурные функции физической культуры в обществе.
56. Использование сенситивных периодов физического развития в физическом воспитании.
57. Возможности использования соревновательного метода в процессе физического воспитания.
58. Особенности реализации принципа доступности и индивидуализации в физическом воспитании.
59. Методика совершенствования элементарных форм проявления быстроты.
60. Причины возникновения ошибок при выполнении двигательных действий и методика их устранения.

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1 Основная литература

1. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Т. Ю. Карась. — 2-е изд. — Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 16.04.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Токарская, Л. В. Особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью : учебное пособие / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 192 с. — ISBN 978-5-7996-1578-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66572.html> (дата обращения: 29.03.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

9.2 Дополнительная литература

1. Организация и методика занятий по физической культуре для специального отделения : учебно-методическое пособие для студентов специального медицинского отделения / составители Е. В. Нефёдова, Е. А. Козловцева, Н. В. Подкуйко. — Воронеж : Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 90 с. — ISBN 978-5-89040-611-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/72925.html> (дата обращения: 16.04.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Быченков, С. В. Теория и организация физической культуры в вузах : учебно-методическое пособие / С. В. Быченков, А. В. Курбатов, А. А. Сафонов. — Саратов : Вузовское образование, 2018. — 242 с. — ISBN 978-5-4487-0110-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/70999.html> (дата обращения: 15.04.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учебное пособие / В. Н. Шебеко. — Минск : Вышэйшая школа, 2015. — 288 с. — ISBN 978-985-06-2561-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/35553.html> (дата обращения: 16.04.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

1. ЭБС iprbooks.ru – электронно-библиотечная система <http://www.iprbookshop.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>

10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения дисциплины. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и навыков), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, четкость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося
Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения модулей дисциплины (оценка)	Критерии оценивания отдельных видов работ обучающихся	
		Устный опрос, сообщение по вопросам семинарских (практических) занятий	Решение задач; составление задач; работа над обобщающими вопросами.
Высокий	Отлично	<p>Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие исчерпывающие знания всего программного материала, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стиль изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков). Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно.</p>	Верно решено от 91 до 100 % заданий (задач)
Базовый	Хорошо	<p>Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие знания всего программного материала, понимание существенных и несущественных признаков, причинно-следственные связи, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стиль изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков), вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками. Студентом могут быть</p>	Верно решено от 76 до 90 % заданий (задач)

ОПОП	СМК-РПД–В1.П2.-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.12 Теория физической культуры и спорта по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура»	

		допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки.	
Пороговые	Удовлетворительно	Оценивается ответ студента, которым даны недостаточно полные и развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Логика и последовательность изложения нарушены. Допущены ошибки в определении употреблении понятий. Студент с затруднением самостоятельно выделяет существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков), вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарные навыки.	Верно решено от 50 до 75 % заданий (задач)
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Оценивается ответ студента, представляющей собой разрозненные знания с существенными ошибками. Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Отсутствуют конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, юридическая терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Компетенции (знания, умения, навыки) по дисциплине не сформированы: теоретические знания имеются, но они разрознены, умения и навыков отсутствуют // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа на поставленные вопросы.	Верно решено верно менее 50 % заданий (задач)

Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)
		Экзамен
Высокий	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие исчерпывающие знания всего программного материала, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых

		процессов и явлений, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стил ь изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине. Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно.
Базовый	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие знания всего программного материала, понимание существенных и несущественных признаков, причинно-следственные связи, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стил ь изложения материала научный с использованием юридической терминологии. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками. Студентом могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки.
Пороговый	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны недостаточно полные и развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Логика и последовательность изложения нарушены. Допущены ошибки в определении употреблении понятий. Студент с затруднением самостоятельно выделяет существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарные навыки.
Компетенции не сформированы	не зачтено	Оценивается ответ студента, представляющей собой разрозненные знания с существенными ошибками. Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Отсутствуют конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Компетенции (знаний, умений, навыков) по дисциплине не сформированы: теоретические знания имеются, но они разрознены, умения и навыков отсутствуют // Либо, если ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа на поставленные вопросы.

11. Материально-техническая база

Для проведения занятий необходима следующая материально-техническая база: учебная аудитория, укомплектованная учебной мебелью, мультимедийной техникой (проектор и ноутбук), экраном. Для подготовки студентов (самостоятельной работы) необходима следующая материально-техническая база: помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к ПО СПС Consultant+, сети Интернет; библиотека.