

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.11.2023 13:08:13  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.э.н., доцент Пиунова М.А.

«28» мая 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Теория и методика физической культуры (Б1.О.14)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Менеджмент в физической культуре и спорте» «Физкультурное образование» «Физкультурно-оздоровительная деятельность» «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2020</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 3,4 семестр заочная: 3,4 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 6 часов: 216</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>экзамен</i>

Разработчик рабочей программы Рыбакова Е.О., к.п.н., доцент

Рецензент Кугушева Т.В., к.п.н., доцент

**Рабочая программа утверждена на заседании кафедры**  
Теории и методики физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

«06» марта 2020 г., протокол № 13.

Заведующий кафедрой ТиМФКСиБЖД к.п.н., доцент \_\_\_\_\_ Кугушева Т.В.

**Рабочая программа утверждена учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «ЧГИФК»**

«13» мая 2020 г., протокол № 9.

Секретарь учебно-методического совета к.б.н., доцент \_\_\_\_\_ Сияк Е.Д.

Рабочая программа дисциплины доступна в электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ЧГИФК», расположенной в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» [электронный ресурс]: Режим доступа: <http://eos.chifk.ru/>



## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование общих научно-методических основ профессионального мировоззрения будущих бакалавров по физической культуре в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки.

### 1.2 Задачи дисциплины

- освоение обучающимися знаний, составляющих содержание современной общей теории и методики физической культуры на уровне, соответствующем квалификации бакалавра;
- воспитание способности обобщенно осмысливать информацию, относящуюся к научно-теоретическим основам и методическим аспектам профессиональной деятельности и смежным дисциплинам профессионального образования;
- формирование умения использовать приобретенные знания теоретико-методического характера для решения практических задач, возникающих в профессиональной деятельности бакалавра.

## 2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика физической культуры» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
<b>ОПК-1.</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<b>ОПК-1.1. Знает</b> положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки <b>ОПК-1.2. Умеет</b> планировать содержание занятий по физической культуре и спорту <b>ОПК-1.3. Владеет</b> технологиями планирования занятий для различных категории занимающихся	<b>Знает:</b> - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию физического воспитания, физической культуры и спорта. <b>Умеет:</b> - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании занятий. <b>Имеет опыт:</b> - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного

		времени образовательной организации.
<b>ОПК-2.</b> Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.	<p><b>ОПК-2.1. Знает</b> методики спортивного отбора и спортивной ориентации применяемые в процессе занятий физической культурой и спортом</p> <p><b>ОПК-2.2. Умеет</b> выбирать методики спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом</p> <p><b>ОПК-2.3. Владеет</b> методиками спортивного отбора и спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса;</li> <li>- особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств;</li> <li>- ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт (владеет):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования;</li> <li>- методиками проведения набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</li> </ul>
<b>ОПК-9.</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	<p><b>ОПК-9.1. Знает</b> методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся</p> <p><b>ОПК-9.2. Умеет</b> подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля</p> <p><b>ОПК-9.3. Владеет</b> методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</li> <li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> </ul> <p><b>Владеет (имеет опыт):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- проведения тестирования подготовленности занимающихся;</li> </ul>

		- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля.
<b>ОПК-11.</b> Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.	<b>ОПК-11.1.</b> Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования <b>ОПК-11.2.</b> Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	<b>Знает:</b> - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования. <b>Умеет:</b> - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки, физкультурно-оздоровительной деятельности; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента.
	<b>ОПК-14.1.</b> Знает содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процесса, принципы и порядок разработки программной документации <b>ОПК-14.2.</b> Умеет разрабатывать документы методического обеспечения тренировочного и образовательного процесса	<b>Знает:</b> - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации. <b>Умеет:</b> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - проводить педагогические наблюдения и анализ проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планировать информационное сопровождение физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера.

### 3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» (Б1.О.14) относится к обязательной части блока «Дисциплины».

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин: Анатомия человека, Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика, легкая атлетика,

лыжный спорт, спортивные и подвижные игры), Адаптивный спорт, Биомеханика двигательной деятельности, Биохимия человека, Психология физической культуры и спорта, Физиология человека,

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Теория и методика физической культуры», будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик:

- для всех профилей: Спортивная физиология, Теория спорта, Спортивная метрология, Менеджмент в физической культуре и спорте, Биомеханика, Педагогика физической культуры, Спортивная физиология, Научно-методическая деятельность, Статистика в спорте

- профиль «Физкультурное образование»: Теория и методика избранного вида спорта, Возрастная физиология, Спортивная ориентация детей и подростков, Учебная практика: ознакомительная, Производственная практика: педагогическая, Преддипломная практика;

- профиль «Менеджмент в физической культуре и спорте»: Документационное обеспечение управленческой деятельности, Анализ финансово-хозяйственной деятельности физкультурно-спортивной организации, Учебная практика: ознакомительная, Преддипломная практика;

- профиль «Физкультурно-оздоровительная деятельность»: Теория и методика физкультурно-оздоровительной деятельности, Учебная практика: ознакомительная, Производственная практика: профессионально-ориентированная, Преддипломная практика;

- профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»: Теория и методика избранного вида спорта, Спортивная психология, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Педагогический контроль в избранном виде спорта, Современные технологии тренировки в избранном виде спорта, Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта, Учебная практика: ознакомительная, Производственная практика: тренерская, Преддипломная практика.

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

##### 4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		3 семестр	4 семестр	Всего
1	Контактная работа	48	48	96
1.1	Занятия лекционного типа	16	16	32
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	32	32	64
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	60/7	60/27	120/34
2.1	Контрольная работа	7	-	7
3	Промежуточная аттестация – экзамен	-	27	27
4	Всего трудоемкость дисциплины: <i>в академических часах</i>	108	108	216
		3	3	6
	<i>в зачетных единицах</i>			

##### 4.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		3 семестр	4 семестр	Всего
1	Контактная работа	12	10	22
1.1	Занятия лекционного типа	4	2	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	8	8	16
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	96	98/24	194/24
2.1	Контрольная работа	-	15	15
3	Промежуточная аттестация – экзамен	-	9	9

4	Всего трудоемкость дисциплины: <i>в академических часах</i>	<i>в академических часах</i>	108	108	216
		<i>в зачетных единицах</i>	3	3	6

## 5. Структура и содержание дисциплины

### 5.1 Модульный тематический план

#### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы, темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудовой трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
<i>3 семестр</i>									
1	Введение в предмет	ОПК-1.1 ОПК-11.1 ОПК-11.2	2	4	6	16	22	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ ННТ
1.1	Сущность дисциплины	ОПК-1.1	1	2	3	8	11	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ
1.2	Понятия и ценности физической культуры	ОПК-1.1 ОПК-11.1 ОПК-11.2	1	2	3	8	11	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ННТ
2	Общие основы теории и методики физического воспитания	ОПК-1.1 ОПК-14.1	6	12	18	20	38	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ ННТ
2.1	Цели, задачи, принципы и средства физического воспитания	ОПК-1.1 ОПК-14.1	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
2.2	Методы физического воспитания	ОПК-1.1	2	4	6	8	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ НН Т
2.3	Обучение двигательным действиям	ОПК-1.1	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
3	Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор	ОПК-1.1, ОПК-1.2 ОПК-2.1, ОПК-2.2. ОПК-2.3.	8	16	24	24	48	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ ННТ
3.1	Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора	ОПК-2.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ НН Т

3.2	Основы развития скоростных и силовых способностей	ОПК-1.1 ОПК-1.2	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2
3.3	Основы развития выносливости	ОПК-1.2 ОПК-1.1	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2
3.4	Основы развития гибкости	ОПК-1.1 ОПК-1.2	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2
<b>Итого (3 семестр):</b>			<b>16</b>	<b>32</b>	<b>48</b>	<b>60</b>	<b>108</b>	

4 семестр									
3.5	Основы развития двигательных-координационных способностей	ОПК-1.1 ОПК-1.2	2	2	4	6	10	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ НН Т
4	Возрастные аспекты теории и методики физической культуры	ОПК-14.1, ОПК-14.2, ОПК-9.1 ОПК-9.2, ОПК-9.3 ОПК-1.2, ОПК-1.3	1 4	3 0	4 4	5 4	98	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ ННТ
4.1	Концепция содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях	ОПК-11.1 ОПК-1.1 ОПК-11.2	2	4	6	8	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.2	Планирование процесса физического воспитания	ОПК-1.2 ОПК-1.3.	2	4	6	8	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.3	Контроль в физическом воспитании	ОПК-9.1 ОПК-9.2 ОПК-9.3	2	4	6	8	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.4	Организация и построение занятий в физическом воспитании	ОПК-14.1 ОПК-14.2	2	4	6	8	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	ТТ ННТ
4.5	Профессионально-педагогическая деятельность учителя ФК	ОПК-14.1 ОПК-14.2	2	6	8	6	14	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.6	Физическое воспитание обучающихся СПО, ВО.	ОПК-14.1 ОПК-14.2	2	4	6	6	12	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.7	Производственная физическая культура	ОПК-1.1	1	2	3	4	7	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
4.8	Физическое воспитание в «пожилом» и «старшем» возрасте»	ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-9.2	1	2	3	6	9	УО-1,4 ПР-1,2 ИС-2	
<b>Итого (4 семестр):</b>			<b>16</b>	<b>32</b>	<b>48</b>	<b>60</b>	<b>108</b>		
<b>Итого:</b>			<b>32</b>	<b>64</b>	<b>96</b>	<b>120</b>	<b>216</b>		

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ раздела, темы	Разделы, темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа		Самостоятельная работа				
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа					
3 семестр									
1	Введение в предмет	ОПК-1.1, ОПК-11.1	2	-	2	20	22	УО-1,4	ТТ

		<b>ОПК-11.2</b>							<b>ПР-1,2</b>	<b>НН Т</b>
1.1	Сущность дисциплины	ОПК-1.1.	1	-	1	10	11		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
1.2	Понятия и ценности физической культуры	ОПК-1.1, ОПК-11.1 ОПК-11.2	1	-	1	10	11		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>2</b>	<b>Общие основы теории и методики физического воспитания</b>	<b>ОПК-1.1, ОПК-14.1</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>32</b>		<b>УО-1,4 ПР-1,2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
2.1	Цели, задачи, принципы и средства физического воспитания	ОПК-1.1, ОПК-14.1	1	-	1	10	11		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
2.2	Методы физического воспитания	ОПК-1.1	1	-	1	10	11		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
2.3	Обучение двигательным действиям	ОПК-1.1	-	-	-	10	10		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>3</b>	<b>Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор</b>	<b>ОПК-14.1, ОПК-14.2, ОПК-9.1, ОПК-9.2, ОПК-9.3, ОПК-1.2, ОПК-1.3, ОПК-2.1, ОПК-2.2, ОПК-2.3</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>46</b>	<b>54</b>		<b>УО-1,4 ПР-1,2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
3.1	Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора	ОПК-2.1, ОПК-2.2 ОПК-2.3	-	2	2	10	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.2	Основы развития силовых и скоростных способностей	ОПК-1.2, ОПК-1.1	-	2	2	10	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.3	Основы развития выносливости	ОПК-1.2., ОПК-1.1	-	2	2	10	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.4	Основы развития гибкости	ОПК-1.2, ОПК-1.1	-	2	2	16	18		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>Итого (3 семестр):</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>96</b>	<b>108</b>			
<i>4 семестр</i>										
3.5	Основы развития двигательно-координационных способностей	ОПК-1.2, ОПК-1.1	-	-	-	10	10		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>4</b>	<b>Возрастные аспекты теории и методики физической культуры</b>	<b>ОПК-14.1, ОПК-14.2, ОПК-9.1, ОПК-9.2, ОПК-9.3, ОПК-1.2, ОПК-1.3</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>88</b>	<b>98</b>		<b>УО-1,4 ПР-1,2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
4.1	Концепция содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях	ОПК-11.1, ОПК-1.1 ОПК-11.2	2	-	2	10	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.2	Планирование процесса физического воспитания	ОПК-1.2, ОПК-1.3.	-	2	2	11	13		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.3	Контроль в физическом воспитании	ОПК-9.1, ОПК-9.2 ОПК-9.3	-	1	1	11	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.4	Организация и построение занятий в физическом воспитании	ОПК-14.1, ОПК-14.2	-	1	1	12	13		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.5	Профессионально-педагогическая деятельность учителя ФК	ОПК-14.1, ОПК-14.2	-	1	1	11	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.6	Физическое воспитание обучающихся СПО, ВО.	ОПК-14.1, ОПК-14.2	-	1	1	11	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.7	Производственная физическая культура	ОПК-1.1	-	1	1	11	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ
4.8	Физическое воспитание в «пожилом» и «старшем» возрасте»	ОПК-1.1, ОПК-1.2 ОПК-9.2	-	1	1	11	12		УО-1,4 ПР-1,2	ТТ ННТ

<b>Итого (3 семестр):</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>98</b>	<b>108</b>		
<b>Итого:</b>		<b>6</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>185</b>	<b>216</b>		

## 5.2 Образовательные технологии и оценочные средства, используемые при формировании компетенций

<i>Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций</i>	<i>Оценочные средства для аттестации</i>
<p><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>занятия лекционного типа;</li> <li>занятия семинарского типа.</li> </ul> <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>разбор конкретных ситуаций;</li> <li>работа в малых группах.</li> </ul>	<p><i>Устный опрос (УО):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>УО-1 – собеседование;</li> <li>УО-4 – экзамен.</li> </ul> <p><i>Письменные работы (ПР):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ПР-1 – тест, письменный ответ,</li> <li>ПР-2 – контрольная работа.</li> </ul> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ИС-2 – балльно-рейтинговая система</li> </ul>

## 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.3.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

<i>Разделы, темы</i>	<i>Содержание</i>
<i>3 семестр</i>	
<b>1</b>	<b>1 Введение в предмет</b>
	<b>Тема. Сущность дисциплины</b>
	<i>Занятие лекционного типа 1. Генезис формирования основ «Теории и методики физической культуры». Что изучает дисциплина «Теория и методика физической культуры» (далее «ТиМФК»).</i>
1.1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Роль дисциплины «ТиМФК» в профессиональной деятельности бакалавра ФК.</i>
	<i>СР. Найти и конспектировать труды ученых, авторов основных концепций модернизации системы физической культуры. Выполнение контрольной работы.</i>
	<i>Домашнее задание: подготовить презентацию «Дисциплина ТиМФК в формировании профессионального мышления бакалавра ФК»</i>
	<b>Тема. Понятия и ценности физической культуры</b>
	<i>Занятие лекционного типа 1. Основные понятия в области ТиМФК. Физическая культура: ценности, функции.</i>
1.2	<i>Занятия семинарского типа (практическое занятие) 2. Характеристика основных понятий дисциплины (Физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, ОФП и СФП, физическое совершенство, физическая культура личности, спортивная культура).</i>
	<i>СР. Составить словарь основных понятий дисциплины ТиМФК. Выполнение контрольной работы.</i>
	<i>Домашнее задание. Характеристика ценностей, функций, компонентов, форм физической культуры (подготовить конспект).</i>
<b>2</b>	<b>Раздел 2 Общие основы теории и методики физического воспитания</b>
	<b>Тема. Цели, задачи, принципы и средства физического воспитания</b>
	<i>Занятие лекционного типа 2. Цели и задачи физического воспитания (ФВ). Классификация и характеристика принципов ФВ. Классификация и характеристика основных и вспомогательных средств ФВ. Техника двигательных действий</i>
2.1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3. Цели и задачи физической культуры и физического воспитания. Целевые установки процесса ФВ на разных этапах онтогенеза</i>
	<i>СР. Заполнить таблицу «Цели и задачи ФВ лиц разного возраста». Выполнение контрольной работы</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4. Классификация и характеристика принципов ФВ. Рассмотреть группы принципов и их применение в процессе ФВ.</i>
2.2	<b>Тема. Методы физического воспитания</b>
	<i>Занятие лекционного типа 3. Типологическая характеристика методов. Структурная основа</i>

	<p>выполнения физического упражнения (нагрузка, интервалы отдыха). Специфические методы физического воспитания. Общепедагогические и другие методы, используемые в практике физического воспитания.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 5-6.</i> Типологическая характеристика методов. Структурная основа выполнения физического упражнения (нагрузка, интервалы отдыха). Специфические методы физического воспитания.</p> <p>Общепедагогические и другие методы, используемые в практике физического воспитания.</p> <p><i>СР.</i> Определить способы дозирования нагрузки. Выполнение контрольной работы.</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Пороговая и пиковая нагрузка для людей занимающихся ФК разных возрастных групп (составить конспект в тетради).</p>
2.3	<p><b>Тема. Обучение двигательным действиям</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Учения о планомерно – поэтапном формировании действий. Принципиальная схема обучения двигательным действиям. Цель, задачи, особенности состава средств и методов на трех этапах обучения.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Теории обучения двигательным действиям («ассоцианизм», «бихевиоризм», «закономерности Крестовникова»). Принципиальная схема обучения двигательным действиям. Характеристика первого этапа обучения двигательному действию.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 8.</i> Характеристика второго и третьего этапов обучения двигательному действию.</p> <p><i>СР.</i> Конспектирование учения Н.А. Бернштейна и П.Я. Гальперина. Конспектирование законов формирования двигательного навыка. Выполнение контрольной работы</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Разработать методику обучения ДД (согласно специализации).</p>
3	<p><b>3 Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор</b></p>
3.1	<p><b>Тема. Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Спортивный отбор. Общая характеристика видов и сущность спортивного отбора.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (семинар, практическое занятие) 9-10.</i> Критерии спортивного отбора. Морфологические и функциональные критерии. Показатели: морфологические, физиологические, биохимические.</p> <p><i>СР.</i> Подготовить презентацию «Методы и принципы спортивного отбора. Спортивная ориентация и способности.»</p>
3.2	<p><b>Тема. Основы развития силовых и скоростных способностей</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Классификация и характеристика скоростных способностей. Факторы, обуславливающие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методика развития скоростных способностей. Критерии и способы оценки скоростных способностей.</p> <p>Классификация и характеристика силовых способностей. Факторы, обуславливающие развитие силовых способностей. Сенситивные периоды развития силовых способностей. Методика развития силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (семинар, практическое занятие) 11-12.</i> Классификация и характеристика скоростных способностей. Факторы, обуславливающие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методика развития скоростных способностей. Критерии и способы оценки скоростных способностей</p> <p><i>СР.</i> Разработать методику развития одного из физических качеств скоростных способностей. Выполнение контрольной работы</p>
3.3	<p><b>Тема. Основы развития выносливости</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Классификация и характеристика выносливости. Факторы, обуславливающие развитие общей и специальной выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (семинар, практическое занятие) 13-14.</i> Классификация и характеристика выносливости. Факторы, обуславливающие развитие общей и специальной выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.</p> <p><i>СР.</i> Разработать методику развития одного из видов выносливости. Выполнение контрольной работы</p>
3.4	<p><b>Тема. Основы развития гибкости</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Сущность и показатели гибкости. Факторы проявления показателей гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Средства развития гибкости. Методические основы развития гибкости. Измерение гибкости.</p>

	<p><i>Занятия семинарского типа (семинар, практическое занятие) 15-16.</i> Сущность и показатели гибкости. Факторы проявления показателей гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Средства развития гибкости. Методические основы развития гибкости. Измерение гибкости.</p> <p><i>СР.</i> Выполнение контрольной работы</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Разработать методику развития гибкости.</p>
	<i>4 семестр</i>
	<p><b>Тема. Основы развития двигательно-координационных способностей</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 9.</i> Классификация и характеристика двигательно-координационных способностей. Факторы проявления двигательно-координационных способностей (ДКС). Сенситивные периоды развития ДКС. Средства развития ДКС. Методика развития ДКС. Способы оценки ДКС.</p>
3.5	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 17.</i> Классификация и характеристика двигательно-координационных способностей. Факторы проявления двигательно-координационных способностей (ДКС). Сенситивные периоды развития ДКС. Средства развития ДКС. Методика развития ДКС. Способы оценки ДКС.</p> <p><i>СР.</i> Разработать методику развития ДКС.</p>
4	<p><b>4 Возрастные аспекты теории и методики физической культуры</b></p>
	<p><b>Тема. Концепция содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 10.</i> Современное состояние ФВ в дошкольных образовательных учреждениях и школе. Современные подходы модернизации ФВ в образовательных учреждениях. Федеральный государственный стандарт дошкольного образования</p>
4.1	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 18-19</i> Современные подходы модернизации ФВ в образовательных учреждениях Характеристика учебно-методического комплекса(УМК) дисциплины «Физическая культура».</p> <p>Мастер-класс инструктора по физическому воспитанию в дошкольном образовательном учреждении.</p> <p><i>СР.</i> Конспектировать содержание педагогических технологий, повышающих интенционный компонент ФК личности. Выполнение контрольной работы.</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Морфофункциональные и психические особенности обучающихся в школе (конспект в тетради).</p>
	<p><b>Тема. Планирование процесса физического воспитания</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 11.</i> Планирование процесса физического воспитания. Общие требования, предъявляемые к планированию. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания. Виды, формы и способы планирования. Основные документы планирования в школе.</p>
4.2	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 20.</i> Общие требования, предъявляемые к планированию. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания. Виды, формы и способы планирования.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 21.</i> Технология составления годового плана графика, тематического плана, технологической карты урочного занятия.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составить годовой план-график, тематический план и план конспект урочного занятия. Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><b>Тема. Контроль в физическом воспитании</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 12.</i> Учет и контроль в физическом воспитании. Сущность и виды педагогического контроля. Средства и методы контроля на уроке физической культуры. Самоконтроль занимающихся за состоянием своего здоровья. Показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля.</p>
4.3	<p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 22-23.</i> Учет и контроль в физическом воспитании. Сущность и виды педагогического контроля. Средства и методы контроля на уроке физической культуры.</p> <p><i>СР.</i> Познакомиться с дневником самоконтроля, составить дневник и заполнить его. Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><b>Тема. Организация и построение занятий в физическом воспитании</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 13.</i> Общая характеристика форм физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Характерные черты и разновидности уроков физической культуры. Структура и содержание урока физической культуры. Методы организации учащихся при выполнении физических упражнений. Характеристика внеурочных форм занятий.</p>
4.4	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 24.</i> Общая характеристика форм физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Характерные черты и разновидности уроков физической культуры. Структура и содержание урока физической культуры.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 25</i> Организация физкультурно-</p>

	<p>оздоровительной работы в режиме учебного дня. Методы организации учащихся при выполнении физических упражнений. Особенности их использования в процессе урочных занятий.</p> <p>Посещение мастер-класса учителя физической культуры.</p> <p><i>СР.</i> Подготовить презентацию «Характеристика внеурочных форм занятий. Выполнение контрольной работы.</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Подготовить доклад по характеристике внеурочных форм занятий ФВ</p>
4.5	<p><b>Тема. Профессионально-педагогическая деятельность учителя ФК</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 14.</i> Признаки подготовленности учителя ФК. Анализ урока ФК. Показатели эффективности организации урока ФК. Характеристика физиологической кривой физической нагрузки (далее ФН).</p> <p>Посещение урока физической культуры в общеобразовательной школе (мастер-класс учителя).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 26.</i> Признаки подготовленности учителя ФК. Анализ урока ФК. Структура анализа занятия.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 27.</i> Показатели эффективности организации урока ФК. Видеонаблюдение (посещение) урока ФК и расчет показателей общей и моторной плотности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 28.</i> Характеристика физиологической кривой ФН. Расчет внутренних показателей физической нагрузки и составление физиологической кривой ФН</p> <p><i>СР.</i> Составить таблицу и систему координат для последующего анализа урока (карта хронометрии урока; карта пульсометрии урока). Хронометрировать урок ФК. Выполнение контрольной работы.</p>
4.6	<p><b>Тема. Физическое воспитание обучающихся учреждений СПО, ВО</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 15.</i> Характеристика ФВ обучающихся СПО. Характеристика ФВ студентов. ФК в режиме трудового дня и в быту.</p> <p><i>Занятия семинарского типа (практические занятия) 29-30.</i> Характеристика ФВ обучающихся в СПО и ВО. Урочные и внеурочные формы ФВ. ППФП и особенности ее организации в учреждениях СПО и ВО</p> <p><i>СР.</i> Заполнить таблицу «Урочные и внеурочные формы ФВ». Выполнение контрольной работы.</p> <p><i>Домашнее задание:</i> Составить презентацию по вопросам «Организация ППФП в учреждениях СПО и ВО.</p>
4.7	<p><b>Тема. Производственная физическая культура</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 16.</i> Производственная физическая культура. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц «молодого» и зрелого возраста Виды производственной ФК (ПФК). ФВ в пожилом возрасте.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 31.</i> Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Производственная гимнастика. Физическая культура в быту. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.</p> <p><i>СР.</i> Составить модель реализации ПФК на предприятиях и в организациях [1-2]. Выполнение контрольной работы</p>
4.8	<p><b>Тема. Физическое воспитание в «пожилом» и «старшем» возрасте</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 16.</i> Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 32.</i> Старение и задачи направленного физического воспитания в «пожилом» и «старшем» возрасте. Формы и содержание занятий</p> <p><i>СР.</i> Составить конспект по вопросу «Формы занятий с лицами «пожилого» и «старшего» возраста. Выполнение контрольной работы</p>

### 5.3.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

Раздел	Содержание
	3 семестр
1	<b>1 Введение в предмет</b>
1.1	<p><b>Тема. Сущность дисциплины</b></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Генезис формирования основ «Теории и методики физической культуры». Что изучает дисциплина «Теория и методика физической культуры» (далее «ТнМФК»).</p> <p><i>СР.</i> Найти и законспектировать труды ученых, авторов основных концепций модернизации</p>

	системы физической культуры. Роль дисциплины «ТиМФК» в профессиональной деятельности бакалавра ФК. Генезис дисциплины «ТиМФК, характеристика основных разделов. Выполнение контрольной работы.
	<b>Тема. Понятия и ценности физической культуры</b>
1.2	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Основные понятия в области ТиМФК. Физическая культура: ценности, функции. <i>СР.</i> Составить словарь основных понятий дисциплины ТиМФК. Характеристика ценностей, функций, компонентов, форм физической культуры. <i>Домашнее задание.</i> Подготовить слайд-презентацию «Интенционные ценности физической культуры». Выполнение контрольной работы
<b>2</b>	<b>2 Общие основы теории и методики физического воспитания</b>
	<b>Тема. Цели, задачи, принципы и средства физического воспитания</b>
2.1	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Цели и задачи физического воспитания (ФВ). Классификация и характеристика принципов ФВ. Классификация и характеристика основных и вспомогательных средств ФВ. Техника двигательных действий <i>СР.</i> Заполнить таблицу «Цели и задачи, принципы, средства ФВ лиц разного возраста». Подготовить конспект на тему «Цели и задачи физической культуры и физического воспитания. Целевые установки процесса ФВ на разных этапах онтогенеза» Выполнение контрольной работы
	<b>Тема. Методы физического воспитания</b>
2.2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Типологическая характеристика методов. Структурная основа выполнения физического упражнения (нагрузка, интервалы отдыха). <i>СР.</i> Изучить вопросы: 1. Типологическая характеристика методов. 2. Структурная основа выполнения физического упражнения (нагрузка, интервалы отдыха). 3. Специфические методы физического воспитания. 4. Общепедагогические и другие методы, используемые в практике физического воспитания. 5. Определить способы дозирования нагрузки. Пороговая и пиковая нагрузка для людей занимающихся ФК разных возрастных групп. Выполнение контрольной работы <i>Домашнее задание:</i> Составить презентацию «Характеристика методов ФВ»
	<b>Тема. Обучение двигательным действиям</b>
2.3	<i>СР.</i> Подготовить презентацию на тему «Принципиальная схема обучения двигательным действиям. Цель, задачи, особенности состава средств и методов на трех этапах обучения». Конспектирование учения Н.А. Бернштейна и П.Я. Гальперина Конспектирование законов формирования двигательного навыка
<b>3</b>	<b>3 Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор</b>
	<b>Тема. Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора</b>
3.1	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Критерии спортивного отбора. Морфологические и функциональные критерии. Показатели: морфологические, физиологические, биохимические. <i>СР.</i> Спортивный отбор. Общая характеристика видов и сущность спортивного отбора. Подготовить презентацию «Методы и принципы спортивного отбора. Спортивная ориентация и способности.»
	<b>Тема. Основы развития силовых и скоростных способностей</b>
3.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Классификация и характеристика скоростных способностей. Факторы, обуславливающие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методика развития скоростных способностей. Критерии и способы оценки скоростных способностей. <i>СР.</i> Классификация и характеристика скоростных способностей. Факторы, обуславливающие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методика развития скоростных способностей. Критерии и способы оценки скоростных способностей. Классификация и характеристика силовых способностей. Факторы, обуславливающие развитие силовых способностей. Сенситивные периоды развития силовых способностей. Методика развития силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей. Разработать методику развития одного из физических качеств скоростных способностей. Выполнение контрольной работы
3.3	<b>Тема. Основы развития выносливости</b> <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Классификация и характеристика выносливости. Факторы, обуславливающие развитие общей и специальной выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости. Критерии и способы оценки выносливости. <i>СР.</i> Классификация и характеристика выносливости. Факторы, обуславливающие развитие общей и

	специальной выносливости. Сенситивные периоды развития выносливости. Методика развития общей и специальной выносливости. Критерии и способы оценки выносливости. Разработать методику развития одного из видов выносливости.
	<b>Тема. Основы развития гибкости</b>
3.4	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Сущность и показатели гибкости. Факторы проявления показателей гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Средства развития гибкости. Методические основы развития гибкости. Измерение гибкости. <i>СР.</i> Сущность и показатели гибкости. Факторы проявления показателей гибкости. Сенситивные периоды развития гибкости. Средства развития гибкости. Методические основы развития гибкости. Измерение гибкости. <i>Домашнее задание:</i> Разработать методику развития гибкости.
	<i>4 семестр</i>
	<b>Тема. Основы развития двигательно-координационных способностей</b>
3.5	<i>СР.</i> Классификация и характеристика двигательно-координационных способностей. Факторы проявления двигательно-координационных способностей (ДКС). Сенситивные периоды развития ДКС. Средства развития ДКС. Методика развития ДКС. Способы оценки ДКС. Разработать методику развития ДКС. Выполнение контрольной работы.
4	<b>4. Возрастные аспекты теории и методики физической культуры</b>
	<b>Тема. Концепция содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях</b>
4.1	<i>Занятие лекционного типа (практическое занятие) 3.</i> Современные подходы модернизации ФВ в образовательных учреждениях. Характеристика учебно-методического комплекса (УМК) дисциплины «Физическая культура». Морфофункциональные и психические особенности обучающихся в школе. <i>СР.</i> Конспектировать содержание педагогических технологий, повышающих интенционный компонент ФК личности. Выполнение контрольной работы.
	<b>Тема. Планирование процесса физического воспитания</b>
4.2	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Общие требования, предъявляемые к планированию. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания. Виды, формы и способы планирования. <i>СР.</i> Составить годовой план-график, тематический план и план конспект урочного занятия. Выполнение контрольной работы. <i>Домашнее задание:</i> Составить технологическую карту урока физической культуры
	<b>Тема. Контроль в физическом воспитании</b>
4.3	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Учет и контроль в физическом воспитании. Сущность и виды педагогического контроля. Средства и методы контроля на уроке физической культуры. <i>СР.</i> Познакомиться с дневником самоконтроля. Выполнение контрольной работы. <i>Домашнее задание:</i> Составить дневник самоконтроля и заполнить его.
	<b>Тема. Организация и построение занятий в физическом воспитании</b>
4.4	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Общая характеристика форм физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Характерные черты и разновидности уроков физической культуры. Структура и содержание урока физической культуры. <i>Самостоятельная работа.</i> Составить презентацию «Характеристика внеурочных форм занятий». Выполнение контрольной работы. <i>Домашнее задание:</i> Подготовить доклад на тему «Характеристика внеурочных форм занятий ФВ».
	<b>Тема. Профессионально-педагогическая деятельность учителя ФК</b>
4.5	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Признаки подготовленности учителя ФК. Анализ урока ФК. Структура анализа занятия. Посещение мастер-класса учителя физической культуры. <i>СР.</i> Составить таблицу и систему координат для последующего анализа урока (карта хронометрии урока; карта пульсометрии урока). Хронометрировать урок ФК [9, видео уроков]. Выполнение контрольной работы
	<b>Тема. Физическое воспитание обучающихся учреждений СПО, ВО</b>
4.6	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Характеристика ФВ обучающихся в СПО и ВО. Урочные и внеурочные формы ФВ. ППФП и особенности ее организации в учреждениях СПО и ВО <i>СР.</i> Составить презентацию по вопросам «Организация ППФП в учреждениях СПО и ВО». Выполнение контрольной работы.
4.7	<b>Тема. Производственная физическая культура</b>

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. Производственная гимнастика. Физическая культура в быту. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.</p> <p><i>СР.</i> Составить модель реализации ПФК на предприятиях и в организациях. Выполнение контрольной работы.</p>
4.8	<p><b>Тема. Физическое воспитание в «пожилом» и «старшем» возрасте</b></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8</i> Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.</p> <p><i>СР.</i> Составить конспект по вопросу «Формы занятий с лицами пожилого и старшего возраста. Выполнение контрольной работы.</p>

## 6. Промежуточная аттестация по дисциплине

### 6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (очная форма обучения)

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– экзамен в 4 семестре.

Критерии выставления экзаменационной оценки соответствуют «Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГИФК».

*Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине (для дисциплины без формы промежуточной аттестации в семестре)*

<i>Виды учебной деятельности</i>	<i>Процентное соотношение видов учебной деятельности</i>	<i>Сумма абс. баллов</i>
Посещаемость	20 %	20
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР и пр.)	80 %	80
<i>Итого</i>	<i>100%</i>	<i>100</i>

#### *Рейтинговая система дисциплины (3 семестр)*

<i>Разделы, темы дисциплины</i>	<i>Рейтинговые баллы</i>	
	<i>Посещение занятий</i>	<i>Текущий контроль</i>
Введение в предмет		20
Общие основы теории и методики физического воспитания	20	30
Теория и методика физической подготовки и спортивный отбор		30
<i>ИТОГО</i>	<i>20</i>	<i>80</i>
		<b>100</b>

*Структура итоговой оценки учебной деятельности обучающегося по дисциплине, заканчивающейся промежуточной аттестацией*

<i>Виды учебной деятельности</i>	<i>Процентное соотношение видов учебной деятельности</i>	<i>Сумма абс. баллов</i>
Посещаемость	10 %	10
Текущий контроль (работа на практических занятиях, СР и пр.)	60 %	60
Промежуточная аттестация	30 %	30
<i>Итого</i>	<i>100%</i>	<i>100</i>

#### *Рейтинговая система дисциплины (4 семестр)*

Разделы, темы дисциплины	Рейтинговые баллы		
	Посещение занятий	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Теория и методика физической подготовки	10	10	30
Возрастные аспекты теории и методики физической культуры		50	
<b>ИТОГО</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>30</b>
		<b>100</b>	

### 6.1 Промежуточная аттестация по дисциплине (заочная форма обучения)

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

– экзамен в 4 семестре.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с учетом результатов текущего контроля.

Задолженности по текущему контролю должны быть ликвидированы.

Формы ликвидации задолженностей:

- устная (беседа с преподавателем во время индивидуальных консультаций),
- письменная.

Оценочные материалы и критерии оценивания указаны в фондах оценочных средств и методических материалах дисциплины.

## 7 Перечень основной и дополнительной литературы

### Основная литература

1. Теория и методика физической культуры: учебник /Под ред Ю.Ф. Курамшина. М.: Советский спорт, 2007.-464 с.
2. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник М.: Академия, 2014.

### Дополнительная литература

1. Боген М. М. Обучение двигательным действиям. М.: Ф и С, 1985.-192 с.
2. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи [Электронный ресурс]: научн-мет. пособие/ Кабачков В.А., Полиевский С.А., Буров А.Э. М.: Советский спорт, 2010.— 296 с.
3. Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кокоулина О.П. — Электрон.текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2011.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11049>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.
4. Сахарова Е.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Сахарова Е.В., Дерина Р.А., Харитонова О.И.— Электрон. текстовые данные.— Волгоград, Саратов: Волгоградский институт бизнеса, Вузовское образование, 2013.— 94 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11361>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.
5. Столяров В.И и др. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта:учебник. М.: Советский спорт, 2015.
6. Тихонов А.М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании [Электронный ресурс]: направление подготовки: 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр/ Тихонов А.М., Кечкин Д.Д.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013.— 104 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32106>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю.

7. Фонарев Д.В. Тексты лекций по дисциплине «ТиМФК» [Электронный ресурс]:учеб. пособие Чайковский: ЧГИФК, 2015.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта М. Академия, 2001,2005,2007.

## 8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 8.1 Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

### 8.2 Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГИФК) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;

Электронно-библиотечная система IPRbooks – лицензионный договор №3214/19 от 05.07.2019, лицензия продлевается ежегодно

### 8.3 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

- Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». Помимо прочего содержит систематизированные материалы по физической культуре и спорту. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http:// window.edu.ru/](http://window.edu.ru/).

- Портал открытых данных РФ (содержит систематизированные материалы по физической культуре и спорту). [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [https:// data.gov.ru/](https://data.gov.ru/).

- Сайт «eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.elibrary.ru/>.

- Научно-образовательный портал «ФизкультУРА»: – URL: <http://www.fizkult-ura.ru/>

- Сайт «Федеральные государственные образовательные стандарты» [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <https://fgos.ru>.

- Сайт журнала «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru>.

- Центральная отраслевая библиотека ФКиС [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>.

- Антиплагиат. Ресурс проверки текста на оригинальность. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.antiplagiat.ru/>.
- «Консультант Плюс» - информационно-правовая система по всем отраслям деятельности. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.consultant.ru>.

#### 8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

#### 8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

### 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
<p>аудитория № 311 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор.</p>
<p>аудитория № 321 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p>
<p>аудитория № 324 учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.</p>
<p>аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.</p>

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.