

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.11.2023 09:23:20  
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.

«19» апреля 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ**  
**(Б1.В.ДВ.01.02)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Физкультурное образование»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>бакалавр</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2019</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 7 семестр заочная: 7,8 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 3 часов: 108</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы Херувимова Т.А., 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

«26» марта 2019 г., протокол № 12.

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

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

«17» апреля 2019 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.chgafkis.ru/>

## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины у обучающихся по профилю «Физкультурное образование» является подготовка будущих преподавателей физической культуры к эффективной педагогической деятельности в образовательных учреждениях в условиях реализации Федеральных государственных образовательных стандартов.

### 1.2 Задачи дисциплины

- углубление и закрепление теоретических знаний обучающихся о разработке индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ;
  - изучение современного состояния физкультурно-оздоровительных программ физического воспитания в школе;
  - формирование творческого мышления, индивидуального стиля профессиональной деятельности, исследовательского подхода к ней;
  - развитие потребности в педагогическом самообразовании;
- теоретическая и практическая подготовка к практике в общеобразовательной школе.

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

Процесс изучения дисциплины «Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ» 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
Универсальные		
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<b>УК-2.1. Знает</b> алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения <b>УК-2.2. Умеет</b> определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений <b>УК-2.3. Владеет</b> инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<b>Знает:</b> - алгоритм и технологию проектирования индивидуальных образовательных маршрутов. <b>Умеет:</b> - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе. <b>Имеет опыт:</b> - применения методов врачебно-педагогического контроля в процессе физического воспитания, для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием

		действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
<b>Профессиональные</b>		
<p><b>ПК-4</b> Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы</p>	<p><b>ПК-4.1. Знает</b> требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ.</p> <p><b>ПК-4.2. Умеет</b> проектировать и планировать образовательный процесс по обеспечению реализации образовательных программ дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ.</p> <p><b>ПК-4.3. Владеет</b> методами разработки учебно-методического обеспечения учебного предмета, дисциплины (модулей), учебных курсов, предметов, дополнительных общеобразовательных программ, в том числе оценочных средств для проверки результатов их освоения.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы определения индивидуальных особенностей обучающихся для составления учебно-методического обеспечения образовательного процесса в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать занятия по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях, и учреждениях начального, основного общего и среднего общего образования.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы обучения способам самоконтроля и самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.</li> </ul>
<p>01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» / ОТФ:  А. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования  В. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ</p> <p>- 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:  А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам  С. Организационно-педагогическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ</p>		

### **3 Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников**

Дисциплина «Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ» (Б1.В.ДВ.01.02) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины», и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины необходимы знания, умения, и/или опыт практической деятельности, сформированные в процессе изучения предшествующих дисциплин: «Правовые основы профессиональной деятельности», «Менеджмент физической культуры и спорта», «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО», «Возрастная физиология», «Теория и методика физического воспитания обучающихся», «Введение в профессиональную деятельность», «Олимпийское образование», «Педагогические технологии в физкультурном образовании», «Учебная практика: ознакомительная», «Производственная практика: педагогическая».

Знания, умения и/или опыт практической деятельности, сформированные при изучении дисциплины «Разработка индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ», будут востребованы при изучении последующих дисциплин/практик: «Теория и методика физического воспитания обучающихся», «Социальная адаптация в условиях образовательной и профессиональной деятельности», «Инклюзивное физкультурно-спортивное образование», «Организация тренировочных занятий», «Спортивно-педагогическое совершенствование».

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

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

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

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		7 семестр	8 семестр	Всего
1	Контактная работа	4	10	14
1.1	Занятия лекционного типа	4	2	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.)	-	8	8
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	50	44/19	86/19
2.1	контрольная работа	-	15	15
2.2	подготовка к промежуточной аттестации	-	4	4
3	Промежуточная аттестация – зачет	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины: <i>в академических часах</i>	54	54	108
	<i>в зачетных единицах</i>	1,5	1,5	3

**5. Структура и содержание дисциплины**  
**5.1 Модульный тематический план**  
**5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)**

№ темы	Темы дисциплины	Индикаторы достижения компетенции	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах	Оценочные средства	Технологии формирования
			Контактная работа			Самостоятельная			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего				
<b>1</b>	<b>Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ</b>	<b>УК-2.2 ПК-4.1</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>30</b>	<b>37</b>	<b>66</b>	<b>УО-1,3 ПР-1 ИС-2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
1.1	Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.	ПК-4.1	2	4	6	6	12	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.2	Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа.	ПК-4.1	6	6	12	16	28	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.3	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их проведения	УК-2.2	4	6	10	16	26	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
<b>2</b>	<b>Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшекласников</b>	<b>УК-2.1 ПК-4.3</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>28</b>	<b>УО-1,3 ПР-1 ИС-2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
2.1	Теоретические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.	УК-2.1	2	6	8	6	14	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
2.2	Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности.	ПК-4.3	2	4	6	8	14	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
<b>3</b>	<b>Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ</b>	<b>УК-2.3 ПК-4.2 ПК-4.3</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>УО-1,3 ПР-1 ИС-2</b>	<b>ТТ НН Т</b>
3.1	Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшекласников.	УК-2.3	-	-	2	-	2	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
3.2	Планирование занятий по физическому	ПК-4.2	-	-	2	-	2	УО-1,3	ТТ

	воспитанию в старшем звене.								ПР-1 ИС-2	ННТ
3.3	Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	ПК-4.3	-	-	2	8	10	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ	
<b>ИТОГО:</b>			<b>16</b>	<b>32</b>	<b>48</b>	<b>60</b>	<b>108</b>			

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

№ темы	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					
<i>7 семестр</i>									
<b>1</b>	<b>Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ</b>	<b>УК-2.2 ПК-4.1</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>46</b>	<b>50</b>	<b>УО-1,3 ПР-1,2</b>	<b>ТТ ННТ</b>
1.1	Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.	ПК-4.1	2	-	2	15	17	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
1.2	Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа.	ПК-4.1	2	-	2	15	17	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
1.3	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их проведения	УК-2.2	-	-	-	20	16	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>Итого (7 семестр)</b>			<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>50</b>	<b>54</b>		
<i>8 семестр</i>									
<b>2</b>	<b>Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшекласников</b>	<b>УК-2.1 ПК-4.3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>УО-1,3 ПР-1,2</b>	<b>ТТ ННТ</b>
2.1	Теоретические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.	УК-2.1	2	2	4	10	14	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
2.2	Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности.	ПК-4.3	-	2	2	10	12	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ

3	Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ	УК-2.3 ПК-4.2 ПК-4.3	-	4	4	24	28	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.1	Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников.	УК-2.3	-	2	2	8	10	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.2	Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене.	ПК-4.2	-	2	2	-	2	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
3.3	Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	ПК-4.3	-	-	-	16	8	УО-1,3 ПР-1,2	ТТ ННТ
<b>Итого (8 семестр)</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>54</b>		
<b>ИТОГО:</b>			<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>94</b>	<b>108</b>		

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

Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций	Оценочные средства для аттестации
<p>ТТ – традиционные технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>занятия лекционного типа;</li> <li>занятия семинарского типа.</li> </ul> <p>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>разбор конкретных ситуаций;</li> <li>работа в малых группах.</li> </ul>	<p>Устный опрос (УО):</p> <p>УО-1 – собеседование;</p> <p>УО-3 – зачет.</p> <p>Письменные работы (ПР):</p> <p>ПР-1 – тест, письменный ответ;</p> <p>ПР-2 – контрольная работа.</p> <p>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</p> <p>ИС-2 – балльно-рейтинговая система</p>

## 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

Разделы, темы	Содержание
1.	<b>Раздел. Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ</b>
1.1	<p>Тема. Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.</p> <p>Занятие лекционного типа 1. Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема. Индивидуальная форма образования как способ индивидуального ритма учения. Роль родителей в индивидуализации образования детей, подростков и молодежи.</p> <p>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1. Индивидуальность, как ценность современного образования. Процесс индивидуализации в современном образовании. Применения индивидуального подхода в образовательном процессе.</p> <p>Занятие семинарского типа (семинар) 2. Методическое обеспечение образования,</p>

	<p>ориентированное на индивидуальность обучающихся: разработка индивидуальных программ учения, индивидуальных учебных планов и образовательных траекторий.</p> <p><i>СР.</i> Домашнее задание: в тетради написать анализ основных проблем индивидуализации образования.</p>
1.2	<p><i>Тема. Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа. Индивидуальность как неповторимое своеобразие личности. Темперамент, характер, интересы, интеллект, потребности и способности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Структура содержания образования по предмету «Физическая культура» в старшем звене. Современные подходы к предмету «Физическая культура» в старшем звене. Перспективы развития процесса физического воспитания старшеклассников.</p> <p><i>СР.</i> Подготовить сообщение на тему: Федеральный государственный образовательный стандарт об индивидуализации образования. Структура и содержания федеральный государственный образовательный стандарт. Процесс индивидуализации образования.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Педагогические условия становления индивидуальности. Личностно-ориентированный подход в образовании. Особенности педагогики свободы и педагогики поддержки (О.С. Газман).</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Взаимодействие учителя и обучающихся в процессе разработки индивидуальной образовательной траектории. Структура индивидуального образовательного маршрута. Алгоритм действий учителя и обучающихся в процессе разработки индивидуальной образовательной траектории.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 5.</i> Решение конфликтных ситуаций на уроках физической культуры. Основные причины возникновения конфликтных ситуаций на уроках физической культуры в школе. Пути решения конфликтных ситуаций на уроке физической культуры. Проработка ситуаций непосредственно на уроке физической культуры с детьми среднего школьного возраста.</p> <p><i>СР.</i> Индивидуальная образовательная траектория. Основные характеристики индивидуальной образовательной траектории. Индивидуальная образовательная траектория обучающегося как индивидуальный путь образования на основе свободного нравственного выбора ценностей и смыслов образования.</p> <p><i>Форма отчета:</i> устное сообщение.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 4.</i> Свобода как педагогическое условие развития индивидуальности. Феномен свободы в философском и педагогическом обосновании. Определение понятия «свобода».</p> <p><i>СР.</i> Проанализировать проблему «свободы выбора», как философскую основу современного педагогического образования. Форма отчета: доклад.</p>
1.3	<p><i>Тема. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их проведения</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Оснащение и оборудование школьных спортивных залов и площадок. Использование тренажерных устройств и технических средств обучения в физическом воспитании старшеклассников. Эксплуатация и хранение спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Подготовка и проведение части урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. План-конспект урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. Рекомендации по проведению урока физической культуры образовательно-познавательной направленности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 7.</i> Информационные технологии в индивидуальном образовании. Группы информационных образовательных технологий. Принципы создания и развития единой информационно-образовательной среды.</p> <p><i>СР.</i> Проанализировать программное обеспечение образовательного процесса.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Информационные технологии в физкультурном образовании. Компьютерные программы по оценке параметров физического состояния школьников и их реализация в процессе физического воспитания. Использование современных информационных технологий в деятельности учителя физической культуры</p>

	<p>культуры.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 8.</i> Современные информационные технологии в физкультурном образовании: саногенетический мониторинг, навигатор здоровья и др. Значение современных информационных технологий в работе учителя по физической культуре.</p> <p><i>СР.</i> Составление кроссворда по теме «Физическое состояние человека»: 10 слов по горизонтали и 10 по вертикали.</p> <p><i>Форма отчета:</i> оформленная работа (титульный лист, сетка кроссворда, вопросы, ответы).</p>
<b>2</b>	<b>Раздел. Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшеклассников</b>
	<p><i>Тема. Теоретические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</i> Теоретические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ. Содержание индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ. Методика составления индивидуальных тренировочных программ. Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Индивидуальность, как предмет психолого-педагогического анализа. Понятие индивидуум и индивидуальность.</p> <p>2.1 Индивидуализация – процесс развития личности человека.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Педагогические условия становления индивидуальности. Реализация личностно-ориентированного и системно-деятельностного подходов. Современные направления в становлении индивидуальности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 11.</i> Индивидуальная образовательная траектория, как средство индивидуального образования. Характеристика составных компонентов индивидуальной образовательной траектории. Значение индивидуальной образовательной траектории в работе учителя.</p> <p><i>СР.</i> Подготовить сообщение на тему: «Этапы физического самовоспитания обучающихся».</p>
	<p><i>Тема. Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности. Средства физической культуры для самосовершенствования, организации досуга и здорового стиля жизни. Саморегуляция физического и психического состояния. Методика обучения способам физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 12.</i> Основные направления совершенствования процесса физического воспитания в общеобразовательной школе. Инновационные педагогические технологии в физическом воспитании. Спортизация физического воспитания обучающихся. Инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы.</p> <p>2.2 <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 13.</i> Развитие физических способностей у старшеклассников. Возрастные закономерности в развитии двигательных качеств старшеклассников. Сенситивные периоды двигательных качеств обучающихся. Регламентация нагрузки и отдыха на занятиях физической подготовкой.</p> <p><i>СР.</i> Проанализировать методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)».</p>
<b>3</b>	<b>Раздел. Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ</b>
	<p><i>Тема. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников.</i></p> <p>3.1 <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 14.</i> Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников. Функциональные пробы и тесты, используемые в физическом воспитании старшеклассников. Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности обучающихся.</p>

3.2	<p><i>Тема. Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 15.</i> Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене. Проектирование учебного процесса по физической культуре. Документы планирования по внеклассной и внешкольной работе в области физического воспитания.</p>
3.3	<p><i>Тема. Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 16.</i> Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Сущность и разновидности самоконтроля. Специализированный дневник - как основная документальная форма учета данных физкультурного самоконтроля (содержание, структура, форма ведения). Некоторые виды дневника самоконтроля.</p> <p><i>СР.</i> Анализ собственных показателей функциональной и физической подготовленности с точки зрения возрастных норм.</p> <p><i>Требования к выполнению работы:</i> необходимо проанализировать данные и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей.</p>

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

Разделы, темы	Содержание
<b>7 семестр</b>	
<b>1.</b>	<b>Раздел. Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ</b>
1.1	<p><i>Тема. Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема. Индивидуальная форма образования как способ индивидуального ритма учения. Роль родителей в индивидуализации образования детей, подростков и молодежи.</p> <p><i>СР.</i> Индивидуальность, как ценность современного образования. Процесс индивидуализации в современном образовании. Применения индивидуального подхода в образовательном процессе. Методическое обеспечение образования, ориентированное на индивидуальность обучающихся: разработка индивидуальных программ учения, индивидуальных учебных планов и образовательных траекторий. Домашнее задание: в тетради написать анализ основных проблем индивидуализации образования. Выполнение контрольной работы.</p>
1.2	<p><i>Тема. Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа.</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа. Индивидуальность как неповторимое своеобразие личности. Темперамент, характер, интересы, интеллект, потребности и способности.</p> <p><i>СР.</i> Федеральный государственный образовательный стандарт об индивидуализации образования. Структура и содержания федеральный государственный образовательный стандарт. Процесс индивидуализации образования. Педагогические условия становления индивидуальности. Личностно-ориентированный подход в образовании. Особенности педагогики свободы и педагогики поддержки (О.С. Газман). Индивидуальная образовательная траектория. Основные характеристики индивидуальной образовательной траектории. Индивидуальная образовательная траектория обучающегося как индивидуальный путь образования на основе свободного нравственного выбора ценностей и смыслов образования. Взаимодействие учителя и обучающихся в процессе разработки индивидуальной образовательной траектории. Структура индивидуального образовательного маршрута. Алгоритм действий учителя и обучающихся в процессе разработки индивидуальной образовательной траектории. Решение конфликтных ситуаций на уроках физической культуры. Основные причины возникновения</p>

	<p>конфликтных ситуаций на уроках физической культуры в школе. Пути решения конфликтных ситуаций на уроке физической культуры. Проработка ситуаций непосредственно на уроке физической культуры с детьми среднего школьного возраста. Моделирование, анализ и алгоритм решения педагогических ситуаций по темам:  «Конфликт учителя и ученика на уроке ФК»  «Конфликт обучающихся между собой на уроке ФК»  <i>Требования:</i> составить по 2 ситуации на каждую тему.  Проанализировать проблему «свободы выбора», как философскую основу современного педагогического образования. Форма отчета: доклад. Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><i>Тема. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их проведения</i></p>
1.3	<p><i>СР.</i> Оснащение и оборудование школьных спортивных залов и площадок. Использование тренажерных устройств и технических средств обучения в физическом воспитании старшеклассников. Эксплуатация и хранение спортивного оборудования и инвентаря. Подготовка и проведение части урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. План-конспект урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. Рекомендации по проведению урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. Информационные технологии в индивидуальном образовании. Группы информационных образовательных технологий. Принципы создания и развития единой информационно-образовательной среды. Информационные технологии в физкультурном образовании. Компьютерные программы по оценке параметров физического состояния школьников и их реализация в процессе физического воспитания. Использование современных информационных технологий в деятельности учителя физической культуры. Современные информационные технологии в физкультурном образовании: саногенетический мониторинг, навигатор здоровья и др. Значение современных информационных технологий в работе учителя по физической культуре. Проанализировать программное обеспечение образовательного процесса. Выполнение контрольной работы.</p>
<b>8 семестр</b>	
2	<p><b>Раздел. Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшеклассников</b></p>
	<p><i>Тема. Теоретические основы разработки индивидуальных образовательных программ.</i></p>
	<p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Теоретические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ. Содержание индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ. Методика составления индивидуальных тренировочных программ. Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.</p>
2.1	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Индивидуальность, как предмет психолого-педагогического анализа. Понятие индивидуум и индивидуальность. Индивидуализация – процесс развития личности человека.</p> <p><i>СР.</i> Педагогические условия становления индивидуальности. Реализация личностно-ориентированного и системно-деятельностного подходов. Современные направления в становлении индивидуальности. Индивидуальная образовательная траектория, как средство индивидуального образования. Характеристика составных компонентов индивидуальной образовательной траектории. Значение индивидуальной образовательной траектории в работе учителя. Подготовить сообщение на тему: «Этапы физического самовоспитания обучающихся». <i>Форма отчета:</i> выступление перед группой. Выполнение контрольной работы.</p>
2.2	<p><i>Тема. Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности.</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности. Средства физической культуры для самосовершенствования, организации досуга и здорового стиля жизни. Саморегуляция физического и психического состояния. Методика обучения способам физкультурно-оздоровительной деятельности. Основные направления совершенствования процесса</p>

	<p>физического воспитания в общеобразовательной школе.</p> <p><i>СР.</i> Инновационные педагогические технологии в физическом воспитании. Спортизация физического воспитания обучающихся. Инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы. Развитие физических способностей у старшеклассников. Возрастные закономерности в развитии двигательных качеств старшеклассников. Сенситивные периоды двигательных качеств обучающихся. Регламентация нагрузки и отдыха на занятиях физической подготовкой. Проанализировать методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)». Выполнение контрольной работы.</p>
<b>3</b>	<p><b>Раздел. Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ</b></p>
	<p><i>Тема. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников.</i></p>
3.1	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников. Функциональные пробы и тесты, используемые в физическом воспитании старшеклассников. Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности обучающихся.</p> <p><i>СР.</i> Функциональные пробы и тесты, используемые в физическом воспитании старшеклассников. Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности обучающихся. <i>Форма отчета:</i> выступление перед группой. Выполнение контрольной работы.</p>
	<p><i>Тема. Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене.</i></p>
3.2	<p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 4.</i> Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене. Проектирование учебного процесса по физической культуре. Документы планирования по внеклассной и внешкольной работе в области физического воспитания.</p>
	<p><i>Тема. Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</i></p>
3.3	<p><i>СР.</i> Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Сущность и разновидности самоконтроля. Специализированный дневник - как основная документальная форма учета данных физкультурного самоконтроля (содержание, структура, форма ведения). Некоторые виды дневника самоконтроля. Анализ собственных показателей функциональной и физической подготовленности с точки зрения возрастных норм. <i>Требования к выполнению работы:</i> необходимо проанализировать данные и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей. <i>Форма отчета:</i> конспект с выводом в конце. 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:

- зачёт в 7 семестре.

Критерии выставления зачёта соответствуют Положению о балльно-рейтинговой системе контроля успеваемости студентов ЧГИФК.

*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*

<i>Разделы, темы дисциплины</i>	<i>Рейтинговые баллы</i>		
	<i>Посещение занятий</i>	<i>Текущий контроль</i>	<i>Промежуточная аттестация</i>
Теоретические аспекты становления индивидуальности учащихся общеобразовательных школ	10	20	30
Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшекласников		20	
Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ		20	
<i>ИТОГО</i>	<i>10</i>	<i>60</i>	<i>30</i>
		<b>100</b>	

Перевод рейтинговых баллов, набранных обучающимся, осуществляется согласно представленной ниже таблице.

*Шкала перевода баллов в национальный числовой эквивалент, международную буквенную оценку*

<i>Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость</i>	<i>Сумма баллов за промежуточную аттестацию</i>	<i>Сумма условных баллов (процентов)</i>	<i>Зачет /незачет</i>	<i>Числовой эквивалент</i>	<i>Оценка</i>	<i>Буквенное обозначение (Оценка ECTS)</i>
68-70	29-30	97-100	Зачет	5	Отлично	A
66-67	27-28	93-96		5	Очень хорошо	B
56-65	21-26	77-92		4	Хорошо	C
45-55	18-20	63-76		3	Удовлетворительно	D
35-44	15-17	50-62		3	Посредственно	E
20-34	12-14	31-49	Незачет	2	Неудовлетворительн	Fx
0-19	0-11	0-30		2		о

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

Учебным планом предусмотрена следующая форма промежуточной аттестации по дисциплине:

- *зачёт в 8 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. Барчуков И.С. Физическая культура: учебник. - М.: Академия, 2013. – 528 с.
2. Матяш, Н.В. Инновационные педагогические технологии. Проектное обучение: учеб. пособие - М: Академия, 2014. – 160 с.
3. Современные образовательные технологии: учебное пособие/ Под ред. Бордовской Н.В.-М: Кнорус, 2016. – 432 с.
4. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник М.: Академия, 2014.- 480 с.
5. Чедов К.В.. Проектирование индивидуальных здоровьеразвивающих траекторий старшеклассников в условиях спортизации общеобразовательных школ: монография - Чайковский: ЧГИФК, 2013.- 170 с.

### *Дополнительная литература*

1. Фонарев Д.В. Тексты лекций по дисциплине «Теория и методика физической культуры»: учебное пособие - Чайковский: ЧГИФК, 2012.- 203с.
2. Кузьменко Г.А. Физическая культура и оптимизация процесса спортивной подготовки. Организационная культура личности юного спортсмена [Электронный ресурс]: программа элективного курса для основного общего образования/ Кузьменко Г.А., Эссеббар К.М.— Электрон.текстовые данные.— М.: Прометей, 2013.— 140 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18632>.— ЭБС «IPRbooks»
3. 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»
4. Бабушкин Е.Г. Физическая культура. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бабушкин Е.Г., Барановский В.А., Вериго Л.Н.— Электрон.текстовые данные.— Омск: Омский государственный институт сервиса, 2012.— 124 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/12706>.— ЭБС «IPRbooks»

### *Нормативные документы*

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ. - URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2019)
2. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г., №1155. - URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2019)

## 8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

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

№ п.п.	Наименование программного продукта	Рег. номер лицензии	Срок действия лицензии	Назначение программного продукта
1	Операционная система WindowsXPPProfessional	43037028, 62510214, 47472528	Бессрочно	Операционная система
2	Операционная система Windows 7 Professional	62041969, 61014493, 62510214, 61014493, 46300350	Бессрочно	Операционная система
3	Операционная система WindowsXPPProfessional	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система

4	Пакетофисных программ Microsoft office 2007 Standard	48382521, 62041969, 61543164, 61014493	Бессрочно	Пакет офисных программ
5	Пакетофисных программ Microsoft office 2010 Standard	62686821, 61014493, 64069177, 61554815, 62510214, 61543164	Бессрочно	Пакет офисных программ
6	7-zip	GNU LGPL	Бессрочно	Архиватор
7	STDUViewer	Соглашение о некоммерческом использовании программного продукта STDUViewer между ООО «Торинж» и ФГБОУ ВО «ЧГИФК»	Бессрочно	Просмотр PDF- документов
8	Chrome	ССА 2.5	Бессрочно	Интернет обозреватель
9	FireFox	Mozilla Public license 2.0	Бессрочно	Интернет обозреватель
10	Операционная система Windows 7 Basic	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
11	Операционная система Windows 8 для одного языка	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
12	Операционная система WindowsXP Home Basic	ОЕМ – предустановленная версия	Бессрочно	Операционная система
13	Яндекс Браузер	GPL	Бессрочно	Интернет обозреватель

### 7.2 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 – контракт №3214/19 от 05.07.2019, лицензия продлевается ежегодно.

### 7.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

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

### 8.4 Компьютерные обучающие и контролирующие программы

Отсутствуют.

### 8.5 Аудио- и видео-пособия

Отсутствуют.

### 9 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</i>	<i>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</i>	<i>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</i>
<p>аудитория № 311 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>24 посадочных места Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия №62041969</p>
<p>аудитория № 312 учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>22 посадочных места Демонстрационное оборудование: экран, проектор, ноутбук Учебное оборудование: учебная доска</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, пакет офисных программ лицензия №62041969</p>
<p>аудитория № 316 для проведения индивидуальных консультаций</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>8 посадочных мест Демонстрационное оборудование: компьютеры (2шт.), принтер</p>	<p>Операционная система семейства Windows тип лицензии OEM, № 43037028, пакет офисных программ лицензия № 62041969, 62510214</p>
<p>аудитория № 109 библиотека, помещение для самостоятельной работы</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>48 посадочных мест Демонстрационное оборудование: компьютер LenovoS40-40 (14 шт.), компьютер InstarModern (2 шт.), компьютер AquariusProP30 (1 шт.), копировальный аппарат WorkCentre – 1 шт., сканер CanonCanoScanLIDE210 (1 шт.), читающая машина SaraCE (1 шт.), принтер Брайля EmBrailleViewPlus (1шт.), тактильный дисплей Брайля Focus 14 Blue (1шт.)</p>	<p>Автоматизированная информационно-библиотечная система «МАРК-SQL» (marc21). Автоматизированная Информационная система «МАРК-SQL» - Internet Лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности № 045/2012-М от 26 апреля 2012г.</p>
<p>аудитория № 204 аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) и самостоятельной работы</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, 67</p>	<p>Демонстрационное оборудование: компьютеры (3 шт.)</p>	<p>Операционная система семейства Windows № лицензия 62041969, пакет офисных программ лицензия № 62686821</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.