

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Демченко Альберт Михайлович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 11.06.2026 10:29:41
Уникальный программный ключ:
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по УВР

к.п.н., доцент Фендель Т.В.

« 30 » апреля 2026 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическое воспитание обучающихся старшего школьного возраста (Б1.В.05)

Направление подготовки	<i>49.03.01 Физическая культура</i>
Направленность (профиль) программы бакалавриата	<i>«Физкультурное образование»</i>
Квалификация выпускника	<i>бакалавр</i>
Год начала подготовки (по учебному плану)	<i>2026</i>
Форма обучения, семестр	<i>очная: 5 семестры заочная: 7 семестры</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачётных единиц: 4 часов: 144</i>
Промежуточная аттестация	<i>экзамен, курсовая работа</i>

Разработчик рабочей программы:

Галанова С.С., к.п.н., доцент
Казакевич О.В., преподаватель

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМФКиБЖД
Протокол от «14» апреля 2026 г. № 15.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС
Протокол от «16» апреля 2026 г. № 9.

1 Цель и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины

Цель дисциплины – формирование профессиональной готовности к осуществлению физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений на основе глубокого освоения методологических, психолого-педагогических основ и современных подходов к физическому воспитанию и образованию обучающихся, формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по физическому воспитанию с обучающимися старшего школьного возраста.

1.2 Задачи дисциплины

- формировать представления о теории и методике физического воспитания обучающихся старшего школьного возраста;
- формировать у обучающихся представление о многофакторной обусловленности здоровья школьников и формирования здорового образа жизни;
- познакомить с методами оценки физического здоровья школьников;
- познакомить с опытом организации физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях РФ;
- познакомить с современными методиками и инновационными концепциями организации физкультурно-спортивной деятельности в России и за рубежом;
- теоретически и практически подготовить обучающихся к педагогической практике в общеобразовательных и профессиональных образовательных учреждениях;
- формировать у обучающихся профессиональные компетенции, необходимые для методического руководства физическим воспитанием и развитием детей в школьных учреждениях, на освоение содержания и методов организации всех форм работы по физическому воспитанию, методикой формирования у обучающихся культуры здоровья как главного фактора становления и сохранения здоровья, понимания роли физических упражнений в жизнедеятельности организма;
- формирование творческого мышления, индивидуального стиля профессиональной деятельности у обучающихся, исследовательского подхода к ней.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Физическое воспитание обучающихся старшего школьного возраста» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Физическое воспитание обучающихся старшего школьного возраста» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемая компетенция	Индикаторы достижения компетенции
ПК-1 Способен осуществлять проектную, методическую, практическую и контрольно-оценочную деятельность по реализации основных образовательных программ в области физической культуры.	ПК-1.1 Планирует образовательный процесс в предметной области физической культуры в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования ПК-1.2 Проводит учебные занятия по физической культуре с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся ПК-1.3 Осуществляет контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе по физической культуре

01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)» / ОТФ:
 А. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.

3 Объем дисциплины и виды учебной работы

3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		5 семестр	Всего
1	Контактная работа	54	54
1.1	Занятия лекционного типа	22	22
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	32/16	32/16
2	Самостоятельная работа / в том числе курсовая работа и подготовка к промежуточной аттестации	90/57	90/57
3	Промежуточная аттестация - экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	144
		<i>в зачетных единицах</i>	4

3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		7 семестр	Всего
1	Контактная работа	14	14
1.1	Занятия лекционного типа	4	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	10/0	10/0
2	Самостоятельная работа / в том числе курсовая работа и подготовка к промежуточной аттестации	130/39	130/39
3	Промежуточная аттестация - экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
		<i>в академических часах</i>	144
		<i>в зачетных единицах</i>	4

4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение №1 к рабочей программе дисциплины.

5. Структура и содержание дисциплины

5.1 Модульный тематический план

5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
	всего		практической			
1	Особенности физического воспитания старшеклассников	2	4	4	9	15
2	Нормативная база, принципы физического воспитания и мотивационная деятельность по физической культуре	2	4	0	9	15

	старшекласников					
3	Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья обучающихся, их валеологическое образование	2	2	2	9	13
4	Физическая культура личности старшекласников и ее структура	2	2	0	9	13
5	Методические особенности занятий по коррекции физического развития студенческой молодежи	2	2	2	9	13
6	Культура личности учителя и виды воспитательной деятельности по физической культуре	2	2	0	9	13
7	Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы со старшекласниками	2	4	0	9	15
8	Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания обучающихся	4	4	4	9	17
9	Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в образовательных учреждениях	2	4	0	9	15
10	Учет функциональной и физической подготовленности школьников	2	4	4	9	15
	Итого :	22	32	16	90	144

5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость, в часах				Трудоемкость, в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Особенности физического воспитания старшекласников	2	2	0	13	17
2	Нормативная база, принципы физического воспитания и мотивационная деятельность по физической культуре старшекласников	2	2	0	13	17
3	Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья обучающихся, их валеологическое образование	0	2	0	13	15
4	Физическая культура личности старшекласников и ее структура	0	2	0	13	15
5	Методические особенности занятий по коррекции физического развития студенческой молодежи	0	2	0	13	15
6	Культура личности учителя и виды воспитательной деятельности по физической культуре	0	0	0	13	13
7	Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы со старшекласниками	0	0	0	13	13
8	Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания обучающихся	0	0	0	13	13
9	Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в	0	0	0	13	13

	образовательных учреждениях					
10	Учет функциональной и физической подготовленности школьников	0	0	0	13	13
	Итого :	4	10	0	130	144

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.

5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ темы	Содержание
1	<i>Тема. Особенности физического воспитания старшеклассников</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности физического воспитания старшеклассников. Основы организации ФВ на старшей ступени общеобразовательной школы. Содержание программы физического воспитания старшеклассников. Формы занятий физическими упражнениями. Формы внеурочных занятий физическими упражнениями.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 1.</i> Цели и задачи физического воспитания, учащихся 10-11-х классов. Оптимизация физического развития старшеклассников. Основные аспекты конкретизации задач в физическом воспитании старшеклассников.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 2.</i> Учет показателей психофизического состояния обучающихся карточке здоровья. Медико-педагогический контроль физического состояния старшеклассников. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений на организм обучающихся и учет их в процессе физического воспитания. Посещение лаборатории комплексного контроля академии.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать формы внеурочных занятий физическими упражнениями.. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
2	<i>Тема. Нормативная база, принципы физического воспитания и мотивационная деятельность по физической культуре старшеклассников</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Мотивационная направленность старшеклассников к физической культуре. Особенности мотивационной направленности учащихся различных возрастных групп к физкультурно-спортивной деятельности. Использование этих особенностей в практической деятельности преподавателя физической культуры.
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 3.</i> Нормативная база, обеспечивающая организацию образовательной деятельности. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Дидактические принципы применяемые на уроках «Физическая культура» в 10-11 классах. Сущность применения дидактических принципов наглядности, доступности и последовательности в процессе физического воспитания.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Разработка рабочей программы учебного предмета «Физическая культура». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
3	<i>Тема. Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья обучающихся, их валеологическое образование</i>
	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья учащихся, их валеологическое образование. Влияние факторов внешней среды на процессы роста и развития подрастающего поколения. Оптимизация двигательного режима. Использование факторов окружающей среды в организации занятий физкультурно-спортивной деятельностью.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 5.</i> Оптимизация режима двигательной активности старшеклассников на основе проектирования индивидуальных программ двигательной активности. Формы двигательной активности старшеклассников. Основные факторы формирующие привычку двигательной активности старшеклассников.

	<i>Самостоятельная работа.</i> Разработать проект индивидуальной программы двигательной активности исходя из особенностей физического состояния и интересов. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
4	<i>Тема. Физическая культура личности старшеклассников и ее структура</i>
	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Физическая культура личности. Структура физической культуры личности. Основные компоненты физической культуры личности. Социальные ценности физической культуры личности.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Деятельная сущность физической культуры в различных сферах жизни старшеклассников. Ценности объективных и субъективных форм физической культуры старшеклассников.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Спортивная культура личности школьников». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
5	<i>Тема. Методические особенности занятий по коррекции физического развития студенческой молодежи</i>
	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Методические особенности занятий по коррекции физического развития молодежи. Основные методические подходы в формировании компонентного состава и форм тела. Средства коррекции физического развития. Физические упражнения как средства коррекции длины и форм тела. Корректирование компонентного состава и форм тела.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 7.</i> Характеристика нагрузки, интервалов отдыха и их учет в процессе обучения и совершенствования двигательных действий старшеклассников. Понятие и виды тренировочных эффектов. Понятие о тренировочных эффектах и их значении для становления физической формы старшеклассников. Виды эффектов: ближайший, отставленный, кумулятивный. Понятие о работоспособности и утомлении во время физической работы.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Разработка комплекса физических упражнений для корректирования компонентного состава и формы тела (ожирение, низкорослость, недостаток массы тела). Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
6	<i>Тема. Культура личности учителя и виды воспитательной деятельности по физической культуре</i>
	<i>Занятие лекционного типа 6.</i> Культура личности учителя физической культуры. Требования к качеству подготовки конкурентоспособных специалистов. Составляющие профессиональной готовности преподавателя физической культуры.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Виды воспитания, осуществляемые в процессе физического воспитания. Понятие и сущность технологии воспитательной деятельности педагога по физической культуре. Краткая характеристика групп методов воспитания: традиционно-принятые, инновационно-деятельностные, неформально-межличностные, рефлексивные и т.д. Сущность и характеристика традиционно-принятых методов воспитания: убеждение, практическое приучение, поощрение, наказание, личный пример.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Специфика видов воспитания, осуществляемых в процессе физического воспитания. Краткая характеристика интеллектуального, трудового, нравственного, эстетического, правового и патриотического воспитания». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
7	<i>Тема. Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы со старшеклассниками</i>
	<i>Занятие лекционного типа 7.</i> Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Современные концепции физкультурного образования и физического воспитания. Использование инновационных технологий в физическом воспитании старшеклассников. Выбор средств и методов физической культуры в решении оздоровительных задач (профилактика простудно-инфекционных заболеваний).
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Инновационные технологии в физическом воспитании старшеклассников. Оздоровительные дыхательные технологии. Виды тренировок Пилатес. Спортивно-динамические игры. Кооперативные игры. Социоориентированные игры-тренировки.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Внеурочная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа со старшеклассниками. Основные критерии внеурочной деятельности. Основные документы регламентирующие внеурочную деятельность. Организационно-методическая работа по внеурочной деятельности.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Составить план физкультурно-массового мероприятия в школе для обучающихся 10-11 классов. Форма отчета: положение. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.
8	<i>Тема. Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания учащихся</i>

	<p><i>Занятия лекционного типа 8-9.</i> Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания старшекласников (в аспекте физических нагрузок, педагогического контроля, выбора средств физкультурно-спортивной деятельности). Цели и задачи технологии дифференцированного обучения. Методические приемы, используемые в технологии дифференцированного обучения. Распределение школьников одного возраста и пола на группы разной подготовленности.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 11.</i> Составление индивидуальной карты старшекласника. Особенности оценивания знаний, умений и физической подготовленности в технологии дифференцированного обучения. Анализ урока физической культуры в школе с позиции здоровьесбережения. Цели и методы анализа урока физической культуры. Критерии эффективности уроков по физической культуре. Посещение открытого урока по физической культуре МАОУ СОШ №11.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 12.</i> Формирование привычек здорового образа жизни у студенческой молодежи. Компоненты (виды) и признаки здоровья. Здоровый образ жизни как социально-педагогическое явление. Влияние занятий физической культурой на профилактику социально опасных явлений общества. Деятельность педагога по физической культуре по формированию здорового образа жизни среди учащихся.</p>
	<p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Ценности здорового образа жизни старшекласников». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
9	<p><i>Тема. Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в образовательных учреждениях</i></p>
	<p><i>Занятие лекционного типа 10.</i> Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в образовательных учреждениях. Социальное значение мониторинга физического развития, физической подготовленности различных возрастных групп населения; программы мониторинга года для оценки физического состояния учащихся общеобразовательных школ.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 13.</i> Использование данных мониторинга в самоконтроле школьников в процессе физического воспитания. Педагогический контроль за физической подготовленностью школьников. Мониторинг физической подготовленности занимающихся.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 14.</i> Использование информационных технологий в оценке и коррекции показателей физического состояния учащихся. Коммуникационные технологии в реализации системы контроля. Оценки и мониторинга учебных достижений обучающихся.</p>
	<p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
10	<p><i>Тема. Учет функциональной и физической подготовленности школьников</i></p>
	<p><i>Занятие лекционного типа 11.</i> Гигиенический оптимум двигательной активности человека. Оптимизация двигательной активности учащихся старших классов.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 15.</i> Оценка и учет компонентов здоровья в деятельности старшекласников. Значение нормативной системы физического воспитания в подготовке подрастающего поколения к профессиональной деятельности. Современные подходы в оценке уровня физической подготовленности студенческой молодежи. Физическая работоспособность как критерий физического здоровья человека. Карточка (паспорт) здоровья обучающихся.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 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>Самостоятельная работа.</i> Анализ собственных показателей функциональной и физической подготовленности с точки зрения возрастных норм. Требования к выполнению работы: необходимо проанализировать данные и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>

5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ темы	Содержание
1	<p><i>Тема. Особенности физического воспитания старшеклассников</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности физического воспитания старшеклассников. Основы организации ФВ на старшей ступени общеобразовательной школы. Содержание программы физического воспитания старшеклассников. Формы занятий физическими упражнениями.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Цели и задачи физического воспитания учащихся 10-11-х классов. Оптимизация физического развития старшеклассников. Основные аспекты конкретизации задач в физическом воспитании старшеклассников. Учет показателей психофизического состояния обучающихся карточке здоровья. Медико-педагогический контроль физического состояния старшеклассников. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений на организм обучающихся и учет их в процессе физического воспитания. Посещение лаборатории комплексного контроля академии.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать формы внеурочных занятий физическими упражнениями.. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
2	<p><i>Тема. Нормативная база, принципы физического воспитания и мотивационная деятельность по физической культуре старшеклассников</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Мотивационная направленность старшеклассников к физической культуре. Особенности мотивационной направленности учащихся различных возрастных групп к физкультурно-спортивной деятельности. Использование этих особенностей в практической деятельности преподавателя физической культуры. Нормативная база, обеспечивающая организацию образовательной деятельности. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Дидактические принципы применяемые на уроках «Физическая культура» в 10-11 классах. Сущность применения дидактических принципов наглядности, доступности и последовательности в процессе физического воспитания.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Разработка рабочей программы учебного предмета «Физическая культура». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
3	<p><i>Тема. Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья обучающихся, их валеологическое образование</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Значение факторов окружающей среды для формирования и сохранения здоровья обучающихся, их валеологическое образование. Влияние факторов внешней среды на процессы роста и развития подрастающего поколения. Оптимизация двигательного режима. Использование факторов окружающей среды в организации занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Оптимизация режима двигательной активности старшеклассников на основе проектирования индивидуальных программ двигательной активности. Формы двигательной активности старшеклассников. Основные факторы формирующие привычку двигательной активности старшеклассников.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработать проект индивидуальной программы двигательной активности исходя из особенностей физического состояния и интересов. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
4	<p><i>Физическая культура личности старшеклассников и ее структура</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Физическая культура личности. Структура физической культуры личности. Основные компоненты физической культуры личности. Социальные ценности физической культуры личности. Деятельная сущность физической культуры в различных сферах жизни старшеклассников. Ценности объективных и субъективных форм физической культуры старшеклассников.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Спортивная культура личности школьников». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
5	<p><i>Тема. Методические особенности занятий по коррекции физического развития студенческой молодежи</i></p>

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Характеристика нагрузки, интервалов отдыха и их учет в процессе обучения и совершенствования двигательных действий старшеклассников. Методические особенности занятий по коррекции физического развития молодежи. Основные методические подходы в формировании компонентного состава и форм тела. Средства коррекции физического развития. Физические упражнения как средства коррекции длины и форм тела. Корректирование компонентного состава и форм тела. Понятие и виды тренировочных эффектов. Понятие о тренировочных эффектах и их значении для становления физической формы старшеклассников. Виды эффектов: ближайший, отставленный, кумулятивный. Понятие о работоспособности и утомлении во время физической работы.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработка комплекса физических упражнений для корректирования компонентного состава и формы тела (ожирение, низкорослость, недостаток массы тела). Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
6	<p><i>Тема. Культура личности учителя и виды воспитательной деятельности по физической культуре</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Культура личности учителя физической культуры. Требования к качеству подготовки конкурентоспособных специалистов. Составляющие профессиональной готовности преподавателя физической культуры. Виды воспитания, осуществляемые в процессе физического воспитания. Понятие и сущность технологии воспитательной деятельности педагога по физической культуре. Краткая характеристика групп методов воспитания: традиционно-принятые, инновационно-деятельностные, неформально-межличностные, рефлексивные и т.д. Сущность и характеристика традиционно-принятых методов воспитания: убеждение, практическое приучение, поощрение, наказание, личный пример. Подготовить доклад на тему: «Специфика видов воспитания, осуществляемых в процессе физического воспитания. Краткая характеристика интеллектуального, трудового, нравственного, эстетического, правового и патриотического воспитания». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
7	<p><i>Тема. Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы со старшеклассниками</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Перспективные направления в повышении эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Современные концепции физкультурного образования и физического воспитания. Использование инновационных технологий в физическом воспитании старшеклассников. Выбор средств и методов физической культуры в решении оздоровительных задач (профилактика простудно-инфекционных заболеваний). Инновационные технологии в физическом воспитании старшеклассников. Оздоровительные дыхательные технологии. Виды тренировок Пилатес. Спортивно-динамические игры. Кооперативные игры. Социоориентированные игры-тренировки. Внеурочная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа со старшеклассниками. Основные критерии внеурочной деятельности. Основные документы, регламентирующие внеурочную деятельность. Организационно-методическая работа по внеурочной деятельности. Составить план физкультурно-массового мероприятия в школе для обучающихся 10-11 классов. Форма отчета: положение. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
8	<p><i>Тема. Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания учащихся</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Организационно-методическое обеспечение дифференцированного физического воспитания старшеклассников (в аспекте физических нагрузок, педагогического контроля, выбора средств физкультурно-спортивной деятельности). Цели и задачи технологии дифференцированного обучения. Методические приемы, используемые в технологии дифференцированного обучения. Распределение школьников одного возраста и пола на группы разной подготовленности. Составление индивидуальной карты старшеклассника. Особенности оценивания знаний, умений и физической подготовленности в технологии дифференцированного обучения. Анализ урока физической культуры в школе с позиции здоровьесбережения. Цели и методы анализа урока физической культуры. Критерии эффективности уроков по физической культуре. Формирование привычек здорового образа жизни у студенческой молодежи. Компоненты (виды) и признаки здоровья. Здоровый образ жизни как социально-педагогическое явление. Влияние занятий физической культурой на профилактику социально опасных явлений общества. Деятельность педагога по физической культуре по формированию здорового образа жизни среди обучающихся. Подготовить доклад на тему: «Ценности здорового образа жизни старшеклассников». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>

9	<p><i>Тема. Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в образовательных учреждениях</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Современные компьютерные программы по оценке физического состояния школьников и студенческой молодежи – их характеристика и использование в образовательных учреждениях. Социальное значение мониторинга физического развития, физической подготовленности различных возрастных групп населения; программы мониторинга года для оценки физического состояния учащихся общеобразовательных школ. Использование данных мониторинга в самоконтроле школьников в процессе физического воспитания. Педагогический контроль за физической подготовленностью школьников. Мониторинг физической подготовленности занимающихся. Использование информационных технологий в оценке и коррекции показателей физического состояния учащихся. Коммуникационные технологии в реализации системы контроля. Оценки и мониторинга учебных достижений обучающихся. Подготовить доклад на тему: «Методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)». Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>
10	<p><i>Тема. Учет функциональной и физической подготовленности школьников</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Оценка и учет компонентов здоровья в деятельности старшеклассников. Значение нормативной системы физического воспитания в подготовке подрастающего поколения к профессиональной деятельности. Современные подходы в оценке уровня физической подготовленности студенческой молодежи. Физическая работоспособность как критерий физического здоровья человека. Карточка (паспорт) здоровья обучающихся. Гигиенический оптимум двигательной активности человека. Оптимизация двигательной активности учащихся старших классов. 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. Требования к выполнению работы: необходимо проанализировать данные и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей. Подготовка к экзамену. Выполнение курсовой работы.</p>

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 . Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 5-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2025. — 520 с. — ISBN 978-5-907601-90-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/152517.html>
2. Физическая культура : учебное пособие / В. М. Суханов, О. Н. Крюкова, А. А. Курченков, А. А. Пауков. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2023. — 84 с. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/137493.html>

6.1.2 Дополнительная литература

3. Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре : учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. — 2-е изд. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 135 с. — ISBN 978-5-4497-3434-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142100.html>
4. Евдокимов В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]/ Евдокимов В.И., Чурганов О.А.— Электрон.текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2010.— 247 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16820>
5. Теория, методика и практика физического воспитания : учебное пособие / А. В. Сафощин, Ч. Т. Иванков, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова. — 3-е изд. — Москва : Московский педагогический государственный университет, 2024. — 392 с. — ISBN 978-5-4263-0744-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/145485.html>

6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п.п.	Наименование программного продукта
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1	Kaspersky Endpoint Security 12
2	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4	Astra Linux Special Edition
5	СПС Гарант
6	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7	Яндекс Браузер
8	Kinovea
9	STDUViewer
10	MAX
11	VLC
12	PDF 24

6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№ п.п.	Электронно-библиотечные системы	Ссылка на ресурс
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	https://www.iprbookshop.ru/
3.	Информационно-правовой портал «Гарант»	https://www.garant.ru/
4.	Сайт Министерства спорта РФ [электронный ресурс]	http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/

7 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>
аудитория № 311 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор
аудитория № 312 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 321 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук
аудитория № 207 помещение для самостоятельной	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;

работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии
---	---