

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 методика физической культуры, спорта
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по УВР

к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«30» апреля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Теория и методика физического воспитания обучающихся среднего школьного
возраста (Б1.В.04)**

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: 4 семестры заочная: 5, 6 семестры</i>
Трудоёмкость по рабочему учебному плану	<i>зачётных единиц: 4 часов: 144</i>
Промежуточная аттестация	<i>экзамен</i>

Разработчик рабочей программы:

Дарвиш Т.А., к.п.н., доцент

Казакевич О.В., преподаватель

Рабочая программа рассмотрена на
заседании кафедры ТиМФКСиБЖД

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 детей общеобразовательных учреждениях на основе глубокого освоения методологических, психолого-педагогических основ и современных подходов к физическому воспитанию и образованию детей, формирование у обучающихся профессиональных компетенций, предусмотренных ОПОП, направленных на изучение теории и практики проведения занятий по физическому воспитанию с детьми среднего школьного возраста.

1.2 Задачи дисциплины

- формировать представления о теории и методике физического воспитания обучающихся среднего школьного возраста;
- 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 учреждениях;
- формировать у обучающихся профессиональные компетенции, необходимые для методического руководства физическим воспитанием и развитием детей, на освоение содержания и методов организации всех форм работы по физическому воспитанию, методикой формирования у детей культуры здоровья как главного фактора становления и сохранения здоровья, понимания роли физических упражнений в жизнедеятельности организма.

2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания обучающихся среднего 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 «Теория и методика физического воспитания обучающихся среднего 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	
		4 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 подготовка к промежуточной аттестации	90/27	90/27
3	Промежуточная аттестация - экзамен	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:		
	<i>в академических часах</i>	144	144
	<i>в зачетных единицах</i>	4	4

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

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		5 семестр	6 семестр	Всего
1	Контактная работа	4	12	16
1.1	Занятия лекционного типа	2	4	6
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	2/0	8/0	10/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	68/0	60/9	120/9
3	Промежуточная аттестация - экзамен	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:			
	<i>в академических часах</i>	72	72	144
	<i>в зачетных единицах</i>	2	2	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	в т.ч. в форме практической подготовки				
1	Особенности психофизического состояния	2	4	0	11	17	

	обучающихся подросткового возраста					
2	Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов	2	4	4	11	17
3	Средства, методы и индивидуализация физического воспитания подростков	4	4	0	11	19
4	Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре и оснащение спортивных залов	4	4	0	11	19
5	Информационные технологии в физкультурном образовании	2	4	0	11	17
6	Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов	2	4	4	11	17
7	Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности	2	4	4	11	17
8	Планирование, контроль и учет работы по физическому воспитанию подростков	4	4	4	13	21
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		
<i>5 семестр</i>						
1	Особенности психофизического состояния обучающихся подросткового возраста	0	0	0	26	26
2	Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов	2	2	0	15	19
3	Средства, методы и индивидуализация физического воспитания подростков	0	0	0	27	27
Итого за 5 семестр:		2	2	0	68	72
<i>6 семестр</i>						
4	Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре и оснащение спортивных залов	0	2	0	12	14
5	Информационные технологии в физкультурном образовании	0	2	0	12	14
6	Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов	2	0	0	12	14
7	Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности	0	2	0	12	14
8	Планирование, контроль и учет работы по физическому воспитанию подростков	2	2	0	12	16

Итого за 6 семестр:	4	8	0	60	72
Итого:	6	10	0	128	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 психофизического состояния обучающихся подросткового возраста</i>
	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Особенности психофизического состояния обучающихся подросткового возраста. Компоненты физического здоровья школьников. Учет показателей психофизического состояния учащихся в карточке здоровья.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Цели и задачи физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Оптимизация физического развития подростков. Основные аспекты конкретизации задач в физическом воспитании подростков.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Учет показателей психофизического состояния учащихся в карточке здоровья. Критерии оценки состояния физического здоровья школьников. Оценка индивидуального здоровья обучающихся. Критерии оценки физического здоровья школьников.
	<i>Самостоятельная работа.</i> Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать особенности психологического развития подростков.
2	<i>Тема. Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Федеральный государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура». Основные требования к выпускникам основной школы. Структура содержания программы по предмету «Физическая культура» в среднем звене.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 3.</i> Формы организации физического воспитания в школе. Характеристика урока как основной формы организации физического воспитания обучающихся. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня школьников. Внеклассная работа по физической культуре в школе.
	<i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 4.</i> Основные документы планирования образовательного процесса по физической культуре в школе. Годовой план график и его особенности. План учебной работы на месяц. Технологическая карта урока по физической культуре. Посещение урока по физической культуре города Чайковский (мастер-класс учителя ФК)
	<i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему «Коррекция психической напряженности в процессе физического воспитания подростков».
3	<i>Тема. Средства, методы и индивидуализация физического воспитания подростков</i>
	<i>Занятия лекционного типа 3-4.</i> Средства и методы физического воспитания подростков. Подбор средств и методов для развития физических способностей обучающихся. Коррекция недостатков в показателях физического развития обучающихся подросткового возраста. Индивидуализация физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Мотивы занятий физическими упражнениями у обучающихся подросткового возраста. Учет морфофункциональных особенностей обучающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Взаимодействие учителя и учащихся в учебно-воспитательном процессе на уроке физической культуры. Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры. Подготовка учителя к уроку физической культуры.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</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 на уроке физической культуры с детьми среднего школьного возраста.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Моделирование, анализ и алгоритм решения педагогических ситуаций по темам: «Конфликт учителя и ученика на уроке ФК» «Конфликт учащихся между собой на уроке ФК» <i>Требования:</i> составить по 2 ситуации на каждую тему.</p>
4	<p><i>Тема. Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре и оснащение спортивных залов</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 5.</i> Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре. Программные требования по освоению обучающимися знаний в области физкультурной и спортивной деятельности. Методические особенности проведения теоретической части урока по физической культуре. Организация сдачи экзамена по физической культуре.</p> <p><i>Занятие лекционного типа 6.</i> Оснащение и оборудование школьных спортивных залов и площадок. Использование тренажерных устройств и технических средств обучения в физическом воспитании детей среднего школьного возраста. Эксплуатация и хранение спортивного оборудования и инвентаря.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Подготовка и проведение части урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. Типы уроков физической культуры в зависимости от решаемых задач. Методика проведения отдельных частей урока по физической культуре.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Методы, применяемые в физическом воспитании обучающихся 5-9 классов. Общая характеристика методов физического воспитания. Требования предъявляемые к методу.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: Соотношение принципов и фундаментальных закономерностей системы физического воспитания. Значение общих принципов в системе физического воспитания.</p>
5	<p><i>Тема. Информационные технологии в физкультурном образовании</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 7.</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><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Физическая культура в системе воспитания детей среднего школьного возраста. Учебный предмет (образовательная область) «физическая культура», интегрированные уроки, олимпийское образование школьников. Возрастные особенности методики физического воспитания среднего школьного возраста.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Информационные технологии в воспитании физических качеств. Воспитание физических качеств как единый процесс. Дифференцированное физическое воспитание.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Составление кроссворда по теме «Информационные технологии в физическом воспитании школьников»: 10 слов по горизонтали и 10 по вертикали. <i>Форма отчета:</i> оформленная работа (титульный лист, сетка кроссворда, вопросы, ответы).</p>
6	<p><i>Тема. Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов</i></p>

	<p><i>Занятие лекционного типа 8.</i> Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов. Основные идеи построения учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Структура процесса обучения и особенности его этапов в физическом воспитании подростков.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 11.</i> Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура». Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе (5-9-е классы). Формы организации деятельности педагога и обучающихся на уроке физической культуры</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 12.</i> Анализ урока физической культуры в школе. Цели и методы анализа урока физической культуры. Критерии эффективности уроков по физической культуре. Посещение открытого урока по физической культуре.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Разработка беседы по агитационной работы ведения здорового образа жизни. <i>Форма отчета:</i> выступление перед группой.</p>
7	<p><i>Тема. Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 9.</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 (практическая подготовка) 13.</i> Формирование двигательных умений и навыков в процессе физкультурно-спортивной деятельности обучающихся. Совершенствование техники легкоатлетических упражнений. Формирование фонда двигательных действий на занятиях по баскетболу, волейболу и ручному мячу.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 14.</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. Развитие физических способностей у обучающихся подросткового возраста. Возрастные закономерности в развитии двигательных качеств обучающихся подросткового возраста. Сенситивные периоды двигательных качеств учащихся. Регламентация нагрузки и отдыха на занятиях физической подготовкой.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему: «Методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)».</p>
8	<p><i>Тема. Планирование, контроль и учет работы по физическому воспитанию подростков</i></p> <p><i>Занятия лекционного типа 10-11.</i> Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания подростков. Функциональные пробы и тесты, используемые в физическом воспитании подростков. Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности учащихся.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическая подготовка) 15-16.</i> Прикладные направления деятельности в процессе физического воспитания. Общая характеристика прикладного направления в физическом воспитании. 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. <i>Требования к выполнению работы:</i> необходимо проанализировать результаты и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей. <i>Форма отчета:</i> конспект с выводом в конце.</p>

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

№ темы	Содержание
<i>5 семестр</i>	
1	<p><i>Тема. Особенности психофизического состояния обучающихся подросткового возраста</i></p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Особенности психофизического состояния обучающихся подросткового возраста. Компоненты физического здоровья школьников. Учет показателей психофизического состояния учащихся в карточке здоровья. Цели и задачи физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Оптимизация физического развития подростков. Основные аспекты конкретизации задач в физическом воспитании подростков. Учет показателей психофизического состояния учащихся в карточке здоровья. Критерии оценки состояния физического здоровья школьников. Оценка индивидуального здоровья обучающихся. Критерии оценки физического здоровья школьников. Выполнение домашнего задания: в тетради систематизировать особенности психологического развития подростков.</p>
<p><i>Тема. Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов</i></p>	
2	<p><i>Занятие лекционного типа 1.</i> Содержание физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Федеральный государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура». Основные требования к выпускникам основной школы. Структура содержания программы по предмету «Физическая культура» в среднем звене.</p> <p><i>Занятие семинарского типа (семинар) 1.</i> Формы организации физического воспитания в школе. Характеристика урока как основной формы организации физического воспитания обучающихся. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня школьников. Внеклассная работа по физической культуре в школе. Основные документы планирования образовательного процесса по физической культуре в школе. Годовой план график и его особенности. План учебной работы на месяц. Технологическая карта урока по физической культуре. Мастер-класс урока по физической культуре.</p>
<p><i>Самостоятельная работа.</i> Подготовить доклад на тему «Коррекция психической напряженности в процессе физического воспитания подростков».</p>	
<p><i>Тема. Средства, методы и индивидуализация физического воспитания подростков</i></p>	
3	<p><i>Самостоятельная работа.</i> Средства и методы физического воспитания подростков. Подбор средств и методов для развития физических способностей обучающихся. Коррекция недостатков в показателях физического развития обучающихся подросткового возраста. Индивидуализация физического воспитания обучающихся 5-9-х классов. Мотивы занятий физическими упражнениями у обучающихся подросткового возраста. Учет морфофункциональных особенностей обучающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Взаимодействие учителя и учащихся в учебно-воспитательном процессе на уроке физической культуры. Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры. Подготовка учителя к уроку физической культуры. 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 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 учащихся между собой на уроке ФК»</p> <p><i>Требования:</i> составить по 2 ситуации на каждую тему.</p>
<i>6 семестр</i>	
4	<p><i>Тема. Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре и оснащение спортивных залов</i></p>

	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Теоретическая подготовка в процессе проведения уроков по физической культуре. Программные требования по освоению обучающимися знаний в области физкультурной и спортивной деятельности. Методические особенности проведения теоретической части урока по физической культуре.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Организация сдачи экзамена по физической культуре. Оснащение и оборудование школьных спортивных залов и площадок. Использование тренажерных устройств и технических средств обучения в физическом воспитании для детей среднего школьного возраста. Эксплуатация и хранение спортивного оборудования и инвентаря. Подготовка и проведение части урока физической культуры образовательно-познавательной направленности. Типы уроков физической культуры в зависимости от решаемых задач. Методика проведения отдельных частей урока по физической культуре. Методы, применяемые в физическом воспитании обучающихся 5-9 классов. Общая характеристика методов физического воспитания. Требования, предъявляемые к методу. Подготовить доклад на тему: Соотношение принципов и фундаментальных закономерностей системы физического воспитания. Значение общих принципов в системе физического воспитания.</p>
5	<p><i>Тема. Информационные технологии в физкультурном образовании</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</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><i>Самостоятельная работа.</i> Физическая культура в системе воспитания детей среднего школьного возраста. Учебный предмет (образовательная область) «физическая культура», интегрированные уроки, олимпийское образование школьников. Возрастные особенности методики физического воспитания среднего школьного возраста. Информационные технологии в воспитании физических качеств. Воспитание физических качеств как единый процесс. Дифференцированное физическое воспитание. Составление кроссворда по теме «<i>Информационные технологии в физическом воспитании школьников</i>»: 10 слов по горизонтали и 10 по вертикали. <i>Форма отчета:</i> оформленная работа (титульный лист, сетка кроссворда, вопросы, ответы).</p>
6	<p><i>Тема. Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Теоретические основы методики физического воспитания обучающихся 5-9 -х классов. Основные идеи построения учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Структура процесса обучения и особенности его этапов в физическом воспитании подростков.</p> <p><i>Самостоятельная работа.</i> Урок в дидактической системе предмета «Физическая культура». Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе (5-9-е классы). Формы организации деятельности педагога и обучающихся на уроке физической культуры. Анализ урока физической культуры в школе. Цели и методы анализа урока физической культуры. Критерии эффективности уроков по физической культуре. Разработка беседы по агитационной работе ведения здорового образа жизни. <i>Форма отчета:</i> выступление перед группой.</p>
7	<p><i>Тема. Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности</i></p> <p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Формирование двигательных умений и навыков в процессе физкультурно-спортивной деятельности обучающихся. Совершенствование техники легкоатлетических упражнений. Формирование фонда двигательных действий на занятиях по баскетболу, волейболу и ручному мячу. Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности.</p>

	<p><i>Самостоятельная работа.</i> 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 физического воспитания в общеобразовательной школе. Инновационные педагогические технологии в физическом воспитании. Спортизация физического воспитания обучающихся. Инновационная педагогическая технология взаимодействия семьи и школы. Развитие физических способностей у обучающихся подросткового возраста. Возрастные закономерности в развитии двигательных качеств обучающихся подросткового возраста. Сенситивные периоды двигательных качеств учащихся. Регламентация нагрузки и отдыха на занятиях физической подготовкой.</p> <p>Подготовить доклад на тему: «Методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)».</p>
8	<p><i>Тема. Планирование, контроль и учет работы по физическому воспитанию подростков</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 3.</i> Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания подростков. Функциональные пробы и тесты, используемые в физическом воспитании подростков. Педагогический контроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности учащихся.</p>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Прикладные направления деятельности в процессе физического воспитания. Общая характеристика прикладного направления в физическом воспитании. Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Сущность и разновидности самоконтроля.</p>
	<p><i>Самостоятельная работа.</i> 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.</p> <p><i>Требования к выполнению работы:</i> необходимо проанализировать результаты и если есть отклонения от нормы, то нужно дать рекомендации по улучшению показателей. <i>Форма отчета:</i> конспект с выводом в конце.</p>

6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Обязательная литература

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник/ Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Кикоть В.Я.— Электрон.текстовые данные.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.— 431 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15491>
2. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник М.: Академия, 2014.- 480 с.

6.1.2 Дополнительная литература

3. Борисова О.В., Бумарскова Н.Н. и др. Инновационные аспекты физической культуры и спорта. Выпуск 6 - Н [Электронный ресурс]: Сборник материалов научно-практической конференции / Борисова О.В., Бумарскова Н.Н., Гусева И.Г., Зайцев В.П., Манучарян С.В., Федяй И.А., Крылова Л.М. — Электрон.текстовые данные.— М.: МГСУ, 2013.— 272 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23726.html>
4. Лаврухина Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре [Электронный ресурс]: учеб.пособие.- СПб, 2014.- гриф. – 125 с.
5. Организация физического воспитания детей и подростков в общеобразовательных учреждениях [Электронный ресурс]: учебное пособие для практических занятий/ А.Г. Сетко [и др.].— Электрон.текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2012.— 100 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21835>
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>

Нормативные документы

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ— URL: <http://www.consultant.ru/>
- Федеральный Государственный образовательный стандарт основного общего образования (5-9 кл.): утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г., №287— URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401333920/>

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

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	https://www.iprbookshop.ru/?&a
3.	Справочная правовая система «Консультант плюс»	http://www.consultant.ru/

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	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья,

<p>учебная аудитория для проведения учебных занятий</p> <p>г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.</p>	<p>доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя;</p> <p>2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук</p>
<p>аудитория № 207</p> <p>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>