

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Убайдуллаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.03.2024 15:16:10  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

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

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

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

«28» мая 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**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>2020</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

«06» марта 2020 г., протокол № 13.

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

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

«13» мая 2020 г., протокол № 9.

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

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

## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

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
Профессиональные		
ПК-4 Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной	<b>ПК-4.1. Знает</b> требования к учебно-методическому обеспечению образовательного процесса в организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего	<b>Знает:</b> – способы определения индивидуальных особенностей обучающихся для составления учебно-методического обеспечения образовательного процесса в

<p>программы.</p>	<p>образования, дополнительных общеобразовательных программ.  <b>ПК-4.2.</b> Умеет проектировать и планировать образовательный процесс по обеспечению реализации образовательных программ дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных общеобразовательных программ.  <b>ПК-4.3.</b> Владеет 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>организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительных.  <b>Умеет:</b>  – планировать занятия по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях, и учреждениях начального, основного общего и среднего общего образования.  <b>Имеет опыт:</b>  – применять методы обучения способам самоконтроля и самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.</p>
<p><i>Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» / ОТФ:</i>  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  <i>Профессиональный стандарт 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» / ОТФ:</i>  А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам</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	94/19
2.1	контрольная работа	-	15	15
3	Промежуточная аттестация – зачет	-	4	4
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 работа			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа.	Всего				
1	Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ	УК-2.2 ПК-4.1	12	16	28	44	72	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.1	Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема.	ПК-4.1	2	4	6	10	16	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.2	Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа.	ПК-4.1	6	6	12	18	30	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ
1.3	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их	УК-2.2	4	6	10	16	26	УО-1,3 ПР-1	ТТ ННТ

	проведения									ИС-2	
<b>2</b>	<b>Основы технологии разработки индивидуальных оздоровительных старшекласников физкультурно-оздоровительных программ</b>	<b>УК-2.1 ПК-4.3</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>29</b>	<b>УО-1,3 ПР-1 ИС-2</b>	<b>ТТ ННТ</b>		
2.1	Теоретические основы разработки индивидуальных 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 оздоровительных программ физкультурно-оздоровительных программ</b>	<b>УК-2.3 ПК-4.2 ПК-4.3</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>УО-1,3 ПР-1 ИС-2</b>	<b>ТТ ННТ</b>		
3.1	Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшекласников.	УК-2.3	-	2	2	-	2	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ		
3.2	Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене.	ПК-4.2	-	2	2	-	2	УО-1,3 ПР-1 ИС-2	ТТ ННТ		
3.3	Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	ПК-4.3	-	2	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.	Всего				
<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>50</b>	<b>54</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	20	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 оздоровительных старшекласников физкультурно-оздоровительных программ</b>	<b>УК-2.1 ПК-4.3</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</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 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 старшекласников.	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	16	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><i>ТТ – традиционные технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>занятия лекционного типа;</li> <li>занятия семинарского типа.</li> </ul> <p><i>ННТ – неимитационные неигровые технологии:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>разбор конкретных ситуаций;</li> <li>работа в малых группах.</li> </ul>	<p><i>Устный опрос (УО):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>УО-1 – собеседование;</li> <li>УО-3 – зачет.</li> </ul> <p><i>Письменные работы (ПР):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ПР-1 – тест, письменный ответ;</li> <li>ПР-2 – контрольная работа.</li> </ul> <p><i>Инновационные способы и средства оценки компетенций (ИС):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ИС-2 – балльно-рейтинговая система</li> </ul>

## 5.3 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

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

Разделы, темы	Содержание
<b>1</b>	<b>Раздел Теоретические аспекты становления индивидуальности обучающихся общеобразовательных школ</b>
	<i>Тема Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема</i>
1.1	<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.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Индивидуальность, как ценность современного образования. Процесс индивидуализации в современном образовании. Применения индивидуального подхода в образовательном процессе.
	<i>Занятие семинарского типа (семинар) 2.</i> Методическое обеспечение образования, ориентированное на индивидуальность обучающихся: разработка индивидуальных программ учения, индивидуальных учебных планов и образовательных траекторий.
	<i>СР.</i> Домашнее задание: в тетради написать анализ основных проблем индивидуализации образования.
	<i>Тема Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа</i>
1.2	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа. Индивидуальность как неповторимое своеобразие личности. Темперамент, характер, интересы, интеллект, потребности и способности.
	<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 старшекласников.
	<i>СР.</i> Подготовить сообщение на тему: Федеральный государственный образовательный стандарт об

	<p>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><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>
2	<p align="center"><b>Раздел Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшеклассников</b></p>
2.1	<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. 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>



	<i>СР.</i> Подготовить сообщение на тему: «Этапы физического самовоспитания обучающихся».
	<i>Тема Обучение способам физкультурно-оздоровительной деятельности</i>
	<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.
2.2	<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.
	<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.
	<i>СР.</i> Проанализировать методические особенности проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной направленности (на примере видов физкультурно-спортивной деятельности)».
<b>3</b>	<b>Раздел Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ</b>
	<i>Тема Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников</i>
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.
	<i>Тема Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене</i>
3.2	<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.
	<i>Тема Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности</i>
3.3	<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.
	<i>СР.</i> 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.

### 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>
	<i>Тема Становление индивидуальности школьника: психолого-педагогическая и социокультурная проблема</i>
1.1	<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. <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.
1.2	<i>Тема Индивидуальность как предмет психолого-педагогического анализа</i>

	<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 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>
1.3	<p><i>Тема Физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе и условия их проведения</i></p> <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	<b>Раздел Основы технологии разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ старшеклассников</b>
2.1	<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> <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</p>

	состояния. Методика обучения способам физкультурно-оздоровительной деятельности. Основные направления совершенствования процесса физического воспитания в общеобразовательной школе. <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.
<b>3</b>	<b>Раздел Методические основы разработки индивидуальных физкультурно-оздоровительных программ</b>
3.1	<i>Тема. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания старшеклассников</i> <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. <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.
3.2	<i>Тема Планирование занятий по физическому воспитанию в старшем звене</i> <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.
3.3	<i>Тема Самоконтроль в процессе физкультурно-спортивной деятельности</i> <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.

## 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

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

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

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

Сумма баллов за текущий контроль и посещаемость	Сумма баллов за промежуточную аттестацию	Сумма условных баллов (процентов)	Зачет /незачет	Числовой эквивалент	Оценка	Буквенное обозначение (Оценка ECTS)
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	Неудовлетворительно	F <sub>x</sub>
0-19	0-11	0-30		2		F

### 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. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник.- М.: Академия, 2012, 2011.- 480 с.
2. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие.- М.: Академия 2008, 2007, 2006, 2004.- 480 с.
3. Теория и методика физической культуры: учебник/ под ред. Курамшина Ю.Ф.-М.: Советский спорт, 2003, 2004,2007.- 464 с.
4. Чедов К.В., Проектирование индивидуальных здоровьеразвивающих траекторий

старшеклассников в условиях спортизации общеобразовательных школ: монография - Чайковский: ЧГИФК, 2013.- 170 с.

5. 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>.— ЭБС «IPRbooks»

#### *Дополнительная литература*

6. Погудин С.М. Здоровьеформирующее обеспечение физического воспитания учащихся: учебное пособие - ЧГИФК, 2001.- 92 с.
7. Фонарев Д.В. Использование инновационной технологии спортивно ориентированного физического воспитания в средних общеобразовательных учреждениях: учебное пособие – Чайковский: ЧГИФК, 2004- 71 с.
8. Фонарев Д.В. Тексты лекций по дисциплине «Теория и методика физической культуры»: учебное пособие - Чайковский: ЧГИФК, 2012.- 203с.
9. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учеб.пособие для студентов высших педагогических учебных заведений.- М.: Академия, 2004.- 272 с.
10. Учитель и новые образовательные стандарты [Электронный ресурс]: материалы Международной научно-практической конференции. Волгоград, 24-26 октября 2012 г/ А.Ф. Абдуллин [и др.].— Электрон.текстовые данные.— Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2013.— 482 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/38910>.— ЭБС «IPRbooks»
11. 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»
12. Димова А.Л. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов/ Димова А.Л., Чернышева Р.В.— Электрон.текстовые данные.— Смоленск: Маджента, 2004.— 60 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9881>.— ЭБС «IPRbooks»
13. 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»
14. 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*

15. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ. - URL: <http://www.consultant.ru/> (дата обращения: 21.02.2019)
16. 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**

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional

3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
13.	VideoStudio Pro X4 License (1 - 10)
14.	Astra Linux Special Edition
15.	СПС Консультант-плюс
16.	Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия)
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
17.	Яндекс Браузер
18.	Kinovea
19.	STDUViewer
20.	Telegram

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

- Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГИФК) – лицензионный договор на использование программных средств для автоматизации информационно-библиотечной деятельности №045/2012-М от 26.04.2012 г, лицензия действует бессрочно;
- Электронно-библиотечная система IPRbooks – лицензионный договор №3214/19 от 05.07.2019, лицензия продлевается ежегодно.

### 8.3 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/>
- 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>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	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор

г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	
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 № 324 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 работы обучающихся  г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии

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.