

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Теория и методика физической культуры Б1.Б.16

Направление подготовки: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта (спортивные игры)

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Абзалов Р.Р., Гуляков А.А.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No 84946620

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, д.н. (доцент) Абзалов Р.Р. кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Центр биологии и педагогического образования, RuRAbzalov@kpfu.ru ; старший преподаватель, б/с Гуляков А.А. кафедра теории и методики физической культуры, спорта и ЛФК Центр биологии и педагогического образования, AAGulyakov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Обеспечить глубокое теоретическое осмысление педагогических основ физического воспитания и спорта и привить умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.Б.16 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 49.03.01 Физическая культура и относится к базовой (общепрофессиональной) части. Осваивается на 3, 4 курсах, 5, 6, 7, 8 семестры.

Данная учебная дисциплина "Теория и методика физической культуры" включена в раздел Б3.Б.12 Профессионального цикла дисциплин и относится к базовой части. Осваивается на втором и третьем курсах (4,5,6 семестры). Реализуется в процессе чтения лекций, проведения практических занятий, организации самостоятельной работы студентов, групповых, индивидуальных консультаций, собеседований в связи с подготовкой к экзамену, написанием контрольных работ, докладов, подготовкой курсовых проектов. Итоговый контроль - экзамен в 4 и 6 семестрах.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-6	
ОК-7	
ОК-6 (общекультурные компетенции)	Способность работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- 1.основные этапы развития системы теории и методики физической культуры и спорта своего народа в контексте развития мировой культуры;
- 2.эстетические, нравственные и духовные ценности физической культуры и спорта;
- 3.методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
- 4.методику подготовки спортсменов;
- 5.возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- 6.методы и организацию комплексного контроля в физической культуре и спортивной подготовке;
- 7.методы организации и проведения научно-исследовательской и методической работы.

2. должен уметь:

- 1 формулировать конкретные задачи в физической культуре различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- 2 применять технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- 3 планировать и проводить основные виды физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий;
- 4 оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий;
- 5 осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста;
- 6 уметь овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования;
- 7 использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- 8 применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых; применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;
- 9 применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности; оказать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений;
- 10 определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.

3. должен владеть:

навыками творческого обобщения полученных знаний, конкретного и объективного изложения своих знаний в письменной и устной форме, а также оформления результатов работы.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

применять полученные знания на практике

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных(ые) единиц(ы) 216 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 5 семестре; отсутствует в 6 семестре; экзамен в 7 семестре; отсутствует в 8 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
1.	Тема 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	5		2	2	0	Устный опрос
2.	Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	5		2	2	0	Письменное домашнее задание
3.	Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	5		2	0	0	Устный опрос
4.	Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		2	0	0	Устный опрос
5.	Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		0	0	0	Презентация
6.	Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)	5		0	0	0	Контрольная работа
7.	Тема 7. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	6		2	0	0	Устный опрос
8.	Тема 8. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	6		2	0	0	Устный опрос
9.	Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ	6		2	0	0	Устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
10.	Тема 10. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	6		2	0	0	Устный опрос
11.	Тема 11. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ	6		0	0	0	Устный опрос
12.	Тема 12. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ	6		0	0	0	Контрольная работа
13.	Тема 13. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	7		2	2	0	Устный опрос
14.	Тема 14. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	7		2	2	0	Устный опрос
15.	Тема 15. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ	7		2	0	0	Устный опрос
16.	Тема 16. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	7		2	0	0	Устный опрос
17.	Тема 17. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР	7		2	0	0	Устный опрос
18.	Тема 18. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА	7		0	0	0	Устный опрос
19.	Тема 19. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	8		2	0	0	Устный опрос
20.	Тема 20. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ	8		0	0	0	Устный опрос
21.	Тема 21. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	8		0	0	0	Устный опрос
22.	Тема 22. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			0	0	0	Устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
23.	Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8		0	0	0	Устный опрос
24.	Тема 24. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ	8		0	0	0	Устный опрос
.	Тема . Итоговая форма контроля	5		0	0	0	Экзамен
.	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	Экзамен
	Итого			28	8	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Появление опыта направленного воздействия физических упражнений на человека. Появление систем физического воспитания. Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Место курса ?Теории и методики физического воспитания и спорта? в государственных образовательных стандартах высшего профессионального образования по подготовке специалиста физической культуры. Связь курса ?Теории и методики физического воспитания и спорта? с научной основой теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Определение учебной дисциплины ?Теория физической культуры?. Объект и субъект теории физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Связь теории физической культуры с другими учебно-научными дисциплинами. Связь физической культуры с другими сторонами воспитания человека. Цель и задачи физической культуры. Основные звенья социальной системы физической культуры. Основы социальной системы физической культуры (идеологическая, научно-методическая, организационная, программно-нормативная, правовая, экономическая и др.). Принципы социальной системы физической культуры. Исторический и классовый характер физической культуры. Условия и причины развития социальной системы физической культуры.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Ведущая роль курса в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы ? формировании у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности специалиста физической культуры Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта: физическая культура, физическое воспитание, спорт, спортивная подготовка, физическое развитие, физическая подготовленность, физкультурное образование, физическая активность, здоровый стиль жизни. Определение физкультурной науки. Формы двигательной деятельности. Систематизация основных понятий теории физической культуры. Роль физкультурной науки в развитии физкультурного движения.

Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Двигательная деятельность как необходимый компонент существования и полноценной жизнедеятельности человека, как форма отношения к окружающему миру и способ его освоения. Роль двигательной деятельности, физической активности в жизни человека. Физическая активность человека как мотивированная систематическая деятельность индивидуума по достижению физических кондиций, необходимых для обеспечения и поддержания оптимального уровня физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья. Понятие физической активности, отражение активного отношения, понимания и участия личности в освоении ценностей физической культуры. Определение понятия ?физическая культура?. Условия и средства физкультуры. Деятельный аспект физической культуры. Итог и результат физической культуры. Основные компоненты физической культуры. Базовая физическая культура. Профессионально прикладная физическая культура. Спорт как компонент физической культуры. Основные показатели физической культуры.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Физическая активность, как интегрированное выражение осознанной, опирающейся на потребность деятельности индивидуума по освоению знаний о методическом обеспечении процесса физического совершенствования и ориентации на личностную мотивацию физической тренировки. Усиление акцента на активное понимание личностью общественной значимости его индивидуальной деятельности, направленной на физическое совершенствование и на инициативное участие в достижении этих общественно значимых целей, как общественно - индивидуально необходимая составная часть образа, стиля жизни человека. Физические упражнения, двигательные действия, движения, методические знания и умения как главные компоненты физической активности, как основа достижения цели и решения задач физического воспитания всех слоев населения, каждого отдельного человека. Биологическая и социальная основа физической активности. Двигательная деятельность ? сфера человеческой деятельности. Двигательная потребность растущего организма. Классификация двигательной активности. Влияние двигательной активности на функциональные показатели организма. Двигательная активность и творческое долголетие. Двигательная активность и продолжительность жизни человека.

Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Возможности направленного воспитательного воздействия на основе специфики педагогики физической культуры и спорта. Характеристика с этих позиций принципов, методов и форм организации воспитательной работы с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей воспитуемых. Деятельность в теории и методике физического воспитания и спорта как средство нравственного, умственного, трудового, эстетического воспитания, воспитания патриотизма, интернационализма и гуманизма, сознательной дисциплины, всестороннего формирования личности. Определение ?Здоровья?. Виды здоровья: Физическое здоровье, клиническое здоровье, психическое здоровье, педагогическое здоровье, эстетическое здоровье. Связь физического здоровья с физической культурой. Физическое здоровье и возраст человека. Здоровье организма и его составляющие. Паспорт физического здоровья. Физкультурное движение. Понятие физической культуры, выражающие процесс. Физическое воспитание. Физическое образование или образование по физкультуре. Физическая подготовка. Физическое совершенствование. Физическое развитие. Понятия физической культуры, выражающие результат, итог (физическая воспитанность, физическая образованность, физическое совершенство, физическая подготовленность и физическое состояние).

Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Особенности избирательного, комплексного и ситуационного использования средств. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Двигательная деятельность, двигательное действие, движение. Физические упражнения. Определение и систематизация. Физические упражнения и физический труд. Классификация физических упражнений. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений. Понятие техники физических упражнений. Виды техники физических упражнений. Основа техники физических упражнений. Определяющее звено техники физических упражнений. Детали техники физических упражнений. Пространственная характеристика физических упражнений (положение тела, положение головы, траектория движения и др.). Временная характеристика физических упражнений. Длительность и темп физических упражнений. Ритм физических упражнений. Пространственно-временная характеристика физических упражнений (скорость движения при выполнении физических упражнений). Динамическая характеристика физических упражнений. Обобщающая характеристика физических упражнений.

Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)

Тема 7. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач. Формы физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, в школе, в учреждениях дополнительного образования. Взаимосвязь формы и содержания занятий. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий. Урочные и неурочные формы. Урок - основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самостоятельные занятия, игры и состязания.

Тема 8. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Возрастные особенности дошкольников. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы физического воспитания дошкольников (в яслях, в дошкольном образовательном учреждении, в семье). Значение и задачи физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста. Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Физическое воспитание во вспомогательных школах. Адаптивная физическая культура. Физическое воспитание в школах-интернатах и детских домах. Особенности физического воспитания в сельской школе. Формы организации физического воспитания в школе. Формы организации физического воспитания в учреждениях дополнительного образования. Формы физического воспитания в семье: мероприятия в режиме дня, самостоятельные занятия, прогулки, семейные походы. Программы физического воспитания общеобразовательной школы. Структура программ, направленность и содержание частей программы. Школьный урок физической культуры ? основная форма учебной работы. Требования к уроку. Структура урока. Постановка задач. Построение и содержание уроков, обеспечивающие эффективность решения поставленных задач. Подготовка учителя к уроку. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач. Методика формирования навыка самостоятельно заниматься физическими упражнениями. Домашние задания по физическому воспитанию. Цель, задачи, направленность, содержание других форм физического воспитания в режиме учебного дня. Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию. Требования к организации внеклассной работы. Формы и направленность содержания внеклассных физкультурных мероприятий: календарный план, положение о соревнованиях. Значение и формы пропаганды физической культуры и спорта в школе. Методика разработки документов планирования (общешкольный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий; годовой учебный план, план учебной работы на четверть, конспект урока). Специфические особенности учета успеваемости, формы учета, этапы учета (предварительный, текущий, итоговый). Экзамен по физической культуре в школе.

Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Современные тенденции физического воспитания взрослого населения страны. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения: специальные, основные и спортивные. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. Оценка успеваемости. Формы физического воспитания во внеурочное время: занятия в спортивных секциях, внутривузовские соревнования, физкультурно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительная работа в студенческих общежитиях, оздоровительно-спортивных лагерях. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности, пожилым и старшем возрасте. Научно-технический прогресс и его влияние на жизнедеятельность человека (интенсификация темпа жизни, отрицательные эмоции, режим питания, гиподинамия, акселерация). Роль физической культуры в научной организации труда и отдыха (утомление и восстановление, средства физической культуры в режиме трудового дня). Самостоятельные занятия в свободное время для укрепления здоровья. Методические особенности отдельных направлений: физкультурно-гигиеническое и оздоровительно-рекреационное; общеподготовительное; спортивное и профессионально-прикладное. Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте, содержание и организационно-методические особенности занятий. Профессиональная физическая подготовка. Теоретические аспекты. Профессиональная физическая подготовка как средство и метод прогнозирования и развития способностей к трудовой деятельности. Особенности методики.

Тема 10. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Сущность профессионализма. Акмеология - наука о наивысшем уровне развития человека (акме - вершина) и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма в физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов физической культуры; физкультурно-спортивное самосовершенствование личности. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре. Стандарты профессионального физкультурного образования (специальность, бакалавриат, магистратура, аспирантура, докторантура). Характеристика учебных планов и программ. Требования к минимуму содержания и уровню подготовки выпускника по направлению - "физическая культура".

Тема 11. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ

Тема 12. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ

Тема 13. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Специфические особенности видов контроля в оздоровительной физической культуре. Оперативный и текущий контроль: педагогический - по оценке и составлению величин внешней (количество выполненной работы, мощность) и внутренней (переносимость) нагрузок; врачебный - по степени функциональной реакции при нагрузке, выявление скрытой патологии. Этапный контроль: педагогический - по динамике показателей физического развития и физической подготовленности, ни сопоставлению этих показателей с нормативными; врачебный - по динамике показателей здоровья и функционального состояния.

практическое занятие (2 часа(ов)):

1. Педагогический контроль. 2. Врачебный контроль.

Тема 14. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Понятия: актуальность темы, цель и задачи исследования, научная гипотеза, методы исследования, организация исследования, новизна и практическая значимость. Методы сбора информации. Изучение литературных источников. Педагогическое наблюдение: классификация, способы, виды регистрации. Контрольные испытания: виды, методика, способы оценки. Педагогический эксперимент, виды, классификация. Хронометрирование. Математико-статистические методы. Основные области и направления исследований в системе педагогики физической культуры и спорта. Практическое использование результатов исследования, их методическая интерпретация.

практическое занятие (2 часа(ов)):

1. Методы исследования. 2. Организация исследования. 3. Контрольные испытания.

Тема 15. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Спорт в структуре современного общества, спортивные объединения в мировой социально-политической системе. Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта. Роль спорта в решении задач физического воспитания населения в широком возрастном диапазоне, учащихся и лиц, занятых трудовой деятельностью, находящихся на пенсии, в городе и на селе. Типы спорта, сложившиеся в мире. Спорт высших достижений. Установка на победу, рекорд, призовое место. Критерии эффективности по итогам крупнейших соревнований. Наличие специального отбора лиц для занятий и участия в соревнованиях. Массовый спорт (спорт для всех). Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. Главная черта и доступность для всех желающих, отсутствие специального отбора.

Детско-юношеский спорт. Два направления: первое - подготовка спортивных резервов, связь со спортом высших достижений; второе - использование средств и методов из спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, связь с массовым спортом. Критерии эффективности и массовость охвата занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным спортсменам. Профессиональный спорт. В его основе лежит стремление спортсменов победить и получить вознаграждение. Источники существования и самокупаемость, прибыль, реклама и пр. Характеристика спортсменов-профессионалов и профессиональных клубов. Виды спорта. Отличительный их признак ? предметная основа соревновательной деятельности (бег, плавание, игры и т.п.). Разнообразии видов спорта в мире, в нашей стране.

Тема 16. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Требования к спортсмену в современном спорте и необходимость совершенствования подготовки спортсменов на основе системного подхода. Понятие "спортивная подготовка". Многолетний характер подготовки спортсменов от начала специализированных занятий спортом в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Структура системы подготовки спортсменов: подсистема целей модельных показателей на весь многолетний период; подсистема обеспечения (отбор спортсменов, тренерские и др. кадры, материально-техническая оснащенность, формы организации, управление); подсистема реализации целей и достижения модельных уровней (тренировка, соревнования, профилактически-восстановительные мероприятия, формирование личности спортсмена).

Тема 17. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Понятие "спортивная ориентация". Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Связь ориентации с детско-юношеским и массовым спортом. Понятие "спортивный отбор". Выбор лиц, обладающих высоким уровнем способностей к определенному виду спорта. Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов. Связь со спортом высших достижений, массовым и детско-юношеским спортом. Уровни отбора: первый - для занятий конкретным видом спорта; второй - для определения вида специализации в избранном виде спорта; третий - для зачисления молодых спортсменов в коллективы квалифицированных спортсменов в сфере спорта высших достижений; четвертый - для включения спортсменов в состав сборных команд (страны, региона и др.) и для участия в соревнованиях.

Тема 18. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

Тема 19. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Роль управления и его основных функций планирования и контроля в достижении цели системы подготовки спортсменов. Комплексный и перспективный аспекты планирования. Содержание планирования (программирования): определение целей и задач подготовки; прогнозирование и моделирование; учет специфики вида спорта, структуры соревновательной деятельности; программирование тренировочной деятельности; продолжительность подготовки для достижения наивысших результатов; оптимальный возраст для достижения наивысших результатов (зоны); оптимальный возраст для начала специализированных занятий видом спорта. Комплекс показателей, на основе которых вработываются планы. Перспективные, годовые планы и в пределах годового цикла (средние и малые циклы, тренировочные занятия). Комплексный контроль как служба периодического или непрерывного сравнения фактически полученных результатов с намеченными планами и последующей корректировкой процесса подготовки спортсменов и самих планов. Основные виды контроля ? этапный, текущий и оперативный. Основные формы контроля ? педагогический, медико-биологический, психологический. Методы контроля.

Тема 20. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Тема 21. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Тема 22. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 24. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел дисциплины	Се- местр	Неде- ля семе- стра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудо- емкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	5		подготовка к устному опросу	20	Устный опрос

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
2.	Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	5		подготовка домашнего задания	20	Письменное домашнее задание
3.	Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	5		подготовка к презентации	10	Презентация
				подготовка к устному опросу	10	Устный опрос
4.	Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		подготовка к устному опросу	20	Устный опрос

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
5.	Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		подготовка домашнего задания	10	домашнее задание
				подготовка к презентации	10	Презентация
6.	Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)	5		подготовка к контрольной работе	23	Контрольная работа

№	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
13.	Тема 13. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	7		подготовка к устному опросу	12	Устный опрос
14.	Тема 14. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	7		подготовка к устному опросу	12	Устный опрос
15.	Тема 15. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ	7		подготовка к устному опросу	12	Устный опрос
16.	Тема 16. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	7		подготовка к устному опросу	13	Устный опрос
	Итого				172	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Освоение дисциплины предполагает использование как традиционных (лекции, практические занятия с использованием методических материалов), так и инновационных образовательных технологий с использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: выполнение ряда практических заданий с использованием профессиональных программных средств создания и ведения электронных баз данных; мультимедийных программ, включающих подготовку и выступления студентов на занятиях с фото-, аудио- и видеоматериалами по предложенной тематике.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Устный опрос, примерные вопросы:

1. Этапы развития теории и практики физической культуры. 2. Связь физической культуры с другими сторонами воспитания человека. 3. Роль физкультурной науки в развитии физкультурного движения.

Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Письменное домашнее задание, примерные вопросы:

1. Условия и средства физкультуры. 2. Деятельный аспект физической культуры. 3. Итог и результат физической культуры. 4. Основные компоненты физической культуры.

Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Презентация, примерные вопросы:

1. Возникновение и развитие спорта. 2. Определение понятия "спорт". 3. Классификация видов спорта. Профессиональный спорт и любительский спорт. 4. Составляющие спортивной подготовки. 5. Характерные черты современного спорта. 6. Рекреация и реабилитация в современном спорте.

Устный опрос, примерные вопросы:

1. Физкультурное движение. 2. Понятия физической культуры, выражающие процесс. 3. Понятия физической культуры, выражающие результат, итог.

Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Устный опрос, примерные вопросы:

Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Особенности избирательного, комплексного и ситуационного использования средств. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. Техника двигательного действия. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Двигательная деятельность, двигательное действие, движение. Физические упражнения. Определение и систематизация. Физические упражнения и физический труд. Классификация физических упражнений. Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений. Понятие техники физических упражнений. Виды техники физических упражнений. Основа техники физических упражнений. Определяющее звено техники физических упражнений. Детали техники физических упражнений. Пространственная характеристика физических упражнений (положение тела, положение головы, траектория движения и др.). Временная характеристика физических упражнений. Длительность и темп физических упражнений. Ритм физических упражнений. Пространственно-временная характеристика физических упражнений (скорость движения при выполнении физических упражнений). Динамическая характеристика физических упражнений. Обобщающая характеристика физических упражнений.

Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

домашнее задание, примерные вопросы:

1. Ознакомление с двигательным действием. 2. Разучивание двигательного действия. 3. Совершенствование двигательного действия.

Презентация, примерные вопросы:

Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и этапов обучения. Развитие двигательного действия в процессе обучения. Формирование двигательного умения. Формирование двигательного навыка. Двигательное умение высшего порядка.

Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)

Контрольная работа , примерные вопросы:

Методы теоретического исследования. Методы педагогического исследования. Формирование двигательных умений, навыков и специальных знаний ? сущность обучения о физическом воспитании. Особенности решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач при обучении двигательным действиям, спортивной технике. Реализация принципов обучения в физическом воспитании. Двигательное действие как система. Образцовая (эталонная) техника, индивидуальная техника, фазы техники: подготовительная, основная (ведущая), заключительная (завершающая). Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники. Физические упражнения, двигательные действия, движения, методические знания и умения как главные компоненты физической активности, как основа достижения цели и решения задач физического воспитания всех слоев населения, каждого отдельного человека. Биологическая и социальная основа физической активности.

Тема 7. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Тема 8. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ

Тема 10. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 11. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ

Тема 12. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ

Тема 13. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Устный опрос , примерные вопросы:

Спорт как исторически сложившаяся специфическая человеческая деятельность. Спорт в структуре современного общества, спортивные объединения в мировой социально-политической системе. Функции современного спорта. Гуманистическая направленность функции спорта. Роль спорта в решении задач физического воспитания населения в широком возрастном диапазоне, учащихся и лиц, занятых трудовой деятельностью, находящихся на пенсии, в городе и на селе. Типы спорта, сложившиеся в мире. Спорт высших достижений.

Тема 14. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Устный опрос , примерные вопросы:

Массовый спорт (спорт для всех). Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. Главная черта и доступность для всех желающих, отсутствие специального отбора. Детско-юношеский спорт. Два направления: первое - подготовка спортивных резервов, связь со спортом высших достижений; второе - использование средств и методов из спорта для эффективного решения задач физического воспитания подрастающего поколения, связь с массовым спортом. Критерии эффективности и массовость охвата занимающихся; подготовка резерва высококвалифицированным спортсменам. Профессиональный спорт.

Тема 15. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ

Устный опрос , примерные вопросы:

Требования к спортсмену в современном спорте и необходимость совершенствования подготовки спортсменов на основе системного подхода. Понятие "спортивная подготовка". Многолетний характер подготовки спортсменов от начала специализированных занятий спортом в детском возрасте до прекращения активных выступлений в спорте высших достижений. Структура системы подготовки спортсменов: подсистема целей модельных показателей на весь многолетний период; подсистема обеспечения (отбор спортсменов, тренерские и др. кадры, материально-техническая оснащенность, формы организации, управление)

Тема 16. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

Устный опрос, примерные вопросы:

Понятие "спортивная ориентация". Выбор для каждого человека вида спорта, который соответствует его индивидуальным особенностям. Связь ориентации с детско-юношеским и массовым спортом. Понятие "спортивный отбор". Выбор лиц, обладающих высоким уровнем способностей к определенному виду спорта. Место отбора в многолетней системе подготовки спортсменов.

Тема 17. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР

Тема 18. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА

Тема 19. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ

Тема 20. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Тема 21. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Тема 22. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 24. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ

Итоговая форма контроля

экзамен (в 5 семестре)

Итоговая форма контроля

экзамен (в 7 семестре)

Примерные вопросы к итоговой форме контроля

Перечень примерных экзаменационных вопросов:

1. Предмет теории и методики физической культуры.
2. Фаза формирования двигательного умения.
3. Этапы развития теории и методики физической культуры.
4. Фаза формирования двигательного навыка.
5. Компоненты физической культуры.
6. Принцип индивидуализма в обучении физическим упражнениям.
7. Определение понятий "двигательная деятельность", "двигательное действие" и "движение".
8. Метод строго регламентированного обучения упражнениям: обучение по частям и в целом.
9. Гигиенические факторы как средство физического воспитания.
10. Сила и методика ее развития.
11. Цель и задачи системы физического развития.
12. Ловкость и методика ее развития.
13. "Физическая культура" как базовое понятие и ее показатели развития.
14. Выносливость и методика ее развития.
15. Понятие спорт. Любительский, профессиональный, инвалидный спорт.

16. Подвижность суставов и ее развитие.
17. Характерные черты современного спорта.
18. Принцип индивидуализации в обучении физическим упражнениям.
19. Социальные функции современного спорта.
20. Принцип сознательности и активности в обучении физическим упражнениям.
21. Понятие "физическое воспитание", "физическая подготовка".
22. Принцип систематичности в обучении физическим упражнениям.
23. Роль П.Ф. Лесгафта в развитии теории физической культуры.
24. Принцип постепенности в обучении физическим упражнениям.
25. Понятие "физическое развитие", "физическое совершенство", "физическое состояние".
26. Принцип последовательности в обучении физическим упражнениям.
27. Принципы системы физического воспитания.
28. Классификация режимов двигательной активности.
29. Основы Российской системы физической культуры.
30. Понятие "метод", "методический прием" и "методика" обучения в физическом воспитании.
31. Физическая культура как наука о природе двигательных способностей человека.
32. Метод "слова" в обучении физическим упражнениям.
33. Понятие "физическое образование". Виды "физического образования".
34. Метод наглядного восприятия в обучении физическим упражнениям.
35. Единая Всероссийская спортивная классификация, как программно-нормативная основа спорта.
36. Методы частично-регламентированного обучения физическим упражнениям (соревновательный и игровой методы обучения).
37. Основные звенья Российской системы физической культуры.
38. Этап ознакомления с двигательным действием.
39. Естественные силы природы (солнце, воздух и вода), как основное средство физической культуры.
40. Этапы разучивания двигательного действия.
41. Физическое упражнение как средство физической культуры.
42. Этап совершенствования двигательного действия.
43. Техника физических упражнений. Основы техники, решающее звено, детали техники.
44. Характерные черты современного спорта.
45. Пространственная характеристика физических упражнений.
46. Методы теоретического исследования в физической культуре.
47. Временная характеристика физических упражнений.
48. Виды педагогического эксперимента.
49. Педагогическая классификация физических упражнений.
50. Педагогические наблюдения как метод научного исследования в физической культуре.
51. Активизация деятельности школьников на уроках физической культуры.
52. Внеклассная работа по физической культуре в школе.
53. Детско-юношеская спортивная школа (ДЮСШ).
54. Домашние задания по физической культуре.
55. Задачи и средства основной и заключительной части урока.
56. Задачи и формы физического воспитания студентов вузов.
57. Значение и задачи внеклассной работы по физическому воспитанию школьников.
58. Значение и задачи физического воспитания дошкольников.
59. Массовая оздоровительная, физкультурная и спортивная работа в вузе.

60. Место внешкольной работы в системе физического воспитания школьников.
61. Организационное обеспечение уроков физической культуры.
62. Организация и проведение соревнований в школе.
63. Организация ФВ студентов вузов в учебных отделениях.
64. Оценка по физической культуре.
65. Педагогический анализ урока физической культуры.
66. Планирование внеклассной работы по физической культуре в школе.
67. Планирование учебного материала по физической культуре в школе (общие основы).
68. Планирование физкультурно-массовой работы в летнем оздоровительном лагере.
69. План-конспект урока ФК.
70. Плотность урока физической культуры (общая и моторная).
71. Положение о физическом воспитании в общеобразовательной школе.
72. Пропаганда ФК и спорта в школе.
73. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
74. Содержание и формы внеклассной работы по физическому воспитанию школьников.
75. Содержание урока физической культуры в школе.
76. Содержание урока ФК.
77. Средства и формы ФВ дошкольников.
78. Структура урока физической культуры.
79. Типы и виды уроков физической культуры.
80. Требования к методике проведения урока ФК в школе.
81. Управление развитием физических качеств на уроках физической культуры.
82. Урок - основная форма физического воспитания школьников.
83. Учет состояния здоровья и физической подготовленности учащихся.
84. Учет успеваемости по физической культуре.
85. Физическое воспитание в сельской малокомплектной школе.
86. Физическое воспитание в школах интернатного типа.
87. Физическое воспитание в школах с режимом продленного дня обучения.
88. Физическое воспитание людей старшего и пожилого возраста.
89. Физическое воспитание учащихся ПТУ.
90. Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем.
91. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школьников.
92. Формы организации учащихся на уроке.
93. Формы работы по физическому воспитанию в летнем оздоровительном лагере.
94. Формы физического воспитания дошкольников.
95. Характеристика школьных программ по физической культуре.
96. Цель и задачи физического воспитания школьников.
97. Школьный коллектив физической культуры.
98. Этапы планирования учебного материала по физической культуре.

7.1. Основная литература:

Теоретико-методологические основы формирования физической культуры личности будущего педагога на основе мобильного обучения: Монография / Наговицын Р.С. - М.:ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 142 с. ISBN 978-5-369-01413-4 - Режим доступа:

<http://znanium.com/catalog/product/495418>

Теория и технология физического воспитания и развития ребенка : учебник / М.М. Борисова. ? М. : ИНФРА-М, 2018. ? 299 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/958871>

Методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова ; под ред. С.А. Козловой. ? 2-е изд., перераб. и доп. ? М. : ИНФРА-М, 2018. ? 312 с. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/961466>

7.2. Дополнительная литература:

Железняк, Юрий Дмитриевич. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студ. вузов / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров.-4-е изд., стер.-М.: Академия, 2008.-272 с.

Степаненкова, Эмма Яковлевна. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ.высш.пед.учеб.заведений / Э. Я. Степаненкова.-М.: Академия, 2001.-368 с.-ISBN 5-7695-0352-1: p.142.09.

Степаненкова, Эмма Яковлевна. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э. Я. Степаненкова.-М.: Академия, 2006.-368 с.-ISBN 5-7695-2540-1: p.213.79

Варфоломеева, З. С. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика [Электронный ресурс] : монография / З. С. Варфоломеева, Е. В. Максимихина, С. Е. Шивринская. - 2-е изд. - М. : ФЛИНТА: Наука, 2012. - 192 с. - ISBN 978-5-9765-1529-1 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/454970>

7.3. Интернет-ресурсы:

МЕЖДУНАРОДНЫЙ РЕЙТИНГ СПОРТИВНЫХ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И МЕДИЙНЫХ РЕСУРСОВ - <http://www.topsport.ru>

Национальная информационная сеть СПОРТИВНАЯ РОССИЯ - <http://www.infosport.ru>

Сайт Спорт ру - <http://www.sportru.com>

Сайт Олимпийского комитета России - <http://www.olympic.ru>

Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму - <http://www.infosport.ru/minsport/>

Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму - <http://www.government.ru/committees/gkfkct.htm>

Страница Комитета Государственной Думы РФ по охране здоровья и спорту - <http://www.akdi.ru/gd/progr/sport.HTM>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Теория и методика физической культуры" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "БиблиоРоссика", доступ к которой предоставлен студентам. В ЭБС "БиблиоРоссика" представлены коллекции актуальной научной и учебной литературы по гуманитарным наукам, включающие в себя публикации ведущих российских издательств гуманитарной литературы, издания на английском языке ведущих американских и европейских издательств, а также редкие и малотиражные издания российских региональных вузов. ЭБС "БиблиоРоссика" обеспечивает широкий законный доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям с использованием инновационных технологий и соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Лекционная аудитория с мультимедиапроектором, ноутбуком и экраном.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 49.03.01 "Физическая культура" и профилю подготовки Спортивная тренировка в избранном виде спорта (спортивные игры) .

Автор(ы):

Гуляков А.А. _____

Абзалов Р.Р. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. _____

"__" _____ 201__ г.