

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт фундаментальной медицины и биологии



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор  
по образовательной деятельности КФУ  
Проф. Таюрский Д.А.

" " 20\_\_ г.

**Программа дисциплины**

Теория и методика физической культуры и спорта Б3.Б.4.1

Направление подготовки: 050100.62 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Образование в области физической культуры и Безопасности жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Абзалов Р.А. , Никитин А.С.

**Рецензент(ы):**

Абзалов Н.И.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от "\_\_\_\_" 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:  
Протокол заседания УМК № \_\_\_\_ от "\_\_\_\_" 201\_\_ г

Регистрационный №

Казань  
2016

## **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) профессор, д.н. (профессор) Абзалов Р.А. кафедра теории и методики физической культуры и спорта Отделение физической культуры , Rinat.Abzalov@kpfu.ru ; ассистент, б/с Никитин А.С. кафедра теории и методики физической культуры и спорта Отделение физической культуры , ASNikitin@kpfu.ru

## **1. Цели освоения дисциплины**

Основной целью учебной дисциплины "Теория и методика физической культуры и спорта" является обеспечение глубокого теоретического осмыслиения педагогических основ физического воспитания и спорта и привитие умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

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

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б3.Б.4 Профессиональный" основной образовательной программы 050100.62 Педагогическое образование и относится к базовой (общепрофессиональной) части. Осваивается на 2, 3, 4 курсах, 4, 5, 6, 7 семестры.

Данная учебная дисциплина "Теория и методика физической культуры и спорта" включена в раздел "Б3.Б.4.1" Профессионального цикла дисциплин и относится к базовой части. Осваивается на втором, третьем и четвертом курсах (4,5,6,7 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. Итоговый контроль - экзамен в 7 семестре.

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

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-1 (общекультурные компетенции)	владение культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения
ОК-10 (общекультурные компетенции)	владением одним из иностранных языков на уровне, позволяющем получать и оценивать информацию в области профессиональной деятельности из зарубежных источников
ОК-11 (общекультурные компетенции)	готовность использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий
ОК-13 (общекультурные компетенции)	готовность использовать нормативные правовые документы в своей деятельности
ОК-14 (общекультурные компетенции)	готовность к толерантному восприятию социальных и культурных различий, уважительному и бережному отношению к историческому наследию и культурным традициям
ОК-16 (общекультурные компетенции)	способность использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-3 (общекультурные компетенции)	способность понимать значение культуры как формы человеческого существования и руководствоваться в своей деятельности базовыми культурными ценностями, современными принципами толерантности, диалога и сотрудничества
ОК-4 (общекультурные компетенции)	способность использовать знания о современной естественнонаучной картине мира в образовательной и профессиональной деятельности, применять методы математической обработки информации, теоретического и экспериментального исследования
ОК-6 (общекультурные компетенции)	способность логически верно выстраивать устную и письменную речь
ОК-7 (общекультурные компетенции)	готовность к взаимодействию с коллегами, к работе в коллективе
ОК-8 (общекультурные компетенции)	готовность использовать основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации, готовностью работать с компьютером как средством управления информацией
ОК-9 (общекультурные компетенции)	способностью работать с информацией в глобальных компьютерных сетях
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	осознание социальной значимости своей будущей профессии, обладанием мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности
ОПК-2 (профессиональные компетенции)	способность использовать систематизированные теоретические и практические знания гуманитарных, социальных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач
ОПК-3 (профессиональные компетенции)	владение основами речевой профессиональной культуры
ОПК-4 (профессиональные компетенции)	способность нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности
ОПК-5 (профессиональные компетенции)	способность к подготовке и редактированию текстов профессионального и социально значимого содержания
ПК-1 (профессиональные компетенции)	способность разрабатывать и реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях
ПК-10 (профессиональные компетенции)	способность выявлять и использовать возможности региональной культурной образовательной среды для организации культурно-просветительской деятельности
ПК-11 (профессиональные компетенции)	в области научно-исследовательской деятельности: готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для определения и решения исследовательских задач в области образования
ПК-12 (профессиональные компетенции)	способность разрабатывать современные педагогические технологии с учетом особенностей образовательного процесса, задач воспитания и развития личности

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-13 (профессиональные компетенции)	способность использовать в учебно-воспитательной деятельности основные методы научного исследования
ПК-2 (профессиональные компетенции)	способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся
ПК-3 (профессиональные компетенции)	готовность применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
ПК-4 (профессиональные компетенции)	способность осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии
ПК-5 (профессиональные компетенции)	способность использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса
ПК-6 (профессиональные компетенции)	готовность к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами
ПК-7 (профессиональные компетенции)	способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, их творческие способности?
ПК-8 (профессиональные компетенции)	готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности
ПК-9 (профессиональные компетенции)	способность разрабатывать и реализовывать, с учетом отечественного и зарубежного опыта, культурно-просветительские программы

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.

Применять полученные знания в процессе прохождения педагогической практики

#### **4. Структура и содержание дисциплины/ модуля**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 9 зачетных(ые) единиц(ы) 324 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины отсутствует в 4 семестре; отсутствует в 5 семестре; отсутствует в 6 семестре; экзамен в 7 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	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ЕЕ МЕСТО И ИНТЕГРИРУЮЩАЯ РОЛЬ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	4		4	4	0	устный опрос письменное домашнее задание
2.	Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	4		4	4	0	устный опрос письменное домашнее задание
3.	Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	4		4	4	0	презентация устный опрос письменное домашнее задание
4.	Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	4		4	4	0	реферат устный опрос письменное домашнее задание
5.	Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	4		2	2	0	презентация устный опрос письменное домашнее задание
6.	Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)	4		4	4	0	дискуссия контрольная работа

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
7.	Тема 7. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		2	1	0	письменное домашнее задание
8.	Тема 8. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ	5		2	1	0	творческое задание
9.	Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	5		2	2	0	письменное домашнее задание
10.	Тема 10. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ	5		2	2	0	письменное домашнее задание
11.	Тема 11. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		2	2	0	письменное домашнее задание
12.	Тема 12. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ	5		1	2	0	письменное домашнее задание
13.	Тема 13. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ	5		1	2	0	контрольная работа

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
14.	Тема 14. ФОРМЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		2	2	0	письменное домашнее задание
15.	Тема 15. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		2	2	0	письменное домашнее задание
16.	Тема 16. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	5		2	2	0	письменное домашнее задание
17.	Тема 17. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ	6		2	6	0	письменное домашнее задание
18.	Тема 18. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	6		4	6	0	письменное домашнее задание
19.	Тема 19. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР	6		4	6	0	письменное домашнее задание
20.	Тема 20. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА	6		4	6	0	контрольная работа
21.	Тема 21. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	6		2	6	0	творческое задание

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
22.	Тема 22. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ	7		6	10	0	творческое задание письменное домашнее задание
23.	Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	7		2	2	0	письменное домашнее задание
24.	Тема 24. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	7		4	2	0	письменное домашнее задание
25.	Тема 25. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.	7		4	2	0	письменное домашнее задание
26.	Тема 26. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ	7		2	2	0	письменное домашнее задание
.	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	экзамен
	Итого			74	88	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 (4 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 (4 часа(ов)):**

Ведущая роль курса в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы ? формирования 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 (4 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 (4 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 (4 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 методики 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.

#### **практическое занятие (4 часа(ов)):**

Воспитание потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями; формирование физической активности, здорового образа жизни; самовоспитание. Комплексное использование принципов, методов, форм и воспитания как системы ? основное условие воспитательного эффекта. Определение понятия ?спорт?. Возникновение и развитие спорта. Классификация видов спорта. Профессиональный спорт и любительский спорт. Социальные функции спорта. Спорт, как средство физического воспитания. Характерные черты современного спорта. Рекреация и реабилитация в современном спорте.

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

#### **лекционное занятие (4 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.

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

Классификация физических упражнений: по их биомеханическим особенностям, направленности на развитие двигательных качеств или обучения двигательным действиям, спортивной технике и др. Использование ?искусственной управляющей среды? (тренажерных устройств, специального оборудования) для повышения эффективности физических упражнений. Средства и методы интегрального воздействия на совершенствование двигательных действий и повышение уровня физических качеств в единстве (совмешенно, сопряженно). Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха.

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

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Формирование рациональных приемов познавательной деятельности как главная задача обучения. 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. Принцип сознательности и активности: осмысление сущности двигательной активности и развития устойчивого интереса к ней; значение инициативности, самостоятельности и творческого отношения в процессе физического воспитания и спорта; учет возрастных особенностей и уровня физической подготовленности занимающихся при реализации данного принципа. Этапы обучения.

Ознакомление с двигательным действием. Разучивание двигательного действия.

Совершенствование двигательного действия. Определение методов и методических приемов обучения физическим упражнениям. Требования к методам обучения физическим упражнениям. Характеристика методов обучения физическим упражнениям. Словесные методы обучения физическим упражнениям. Метод наглядного восприятия в обучении физическим упражнениям. Практические методы обучения физическим упражнениям.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Использование слова в обучении: использование смысловой и эмоциональной функций слова, значение терминологии как словесного обозначения новых представлений, и понятий, требования, предъявляемые к современной терминологии. Виды наглядного восприятия и методика их применения. Применение методов строго регламентированного упражнения и методов частично регламентированного упражнения. Уровни владения двигательным действием в процессе обучения: двигательное умение, двигательный навык, двигательное умение высшего порядка (суперумение). 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. Определение методов и методических приемов обучения физическим упражнениям. Требования к методам обучения физическим упражнениям. Характеристика методов обучения физическим упражнениям. Словесные методы обучения физическим упражнениям. Метод наглядного восприятия в обучении физическим упражнениям. Практические методы обучения физическим упражнениям. Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности. Принцип доступности и индивидуализации. Принцип систематичности. Принципы, выражающие специфичность занятий физическими упражнениями.

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

### **лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Определение понятия ?физические качества?, ?двигательные способности, их характеристика. Определение и закономерности развития двигательных способностей. Развитие силовых и скоростных способностей. Развитие координационных способностей. Развитие способности к выносливости. Поддерживание и развитие способности к гибкости.

### **практическое занятие (4 часа(ов)):**

Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств. Значение научных исследований в физкультурологии. Методы теоретического исследования. Методы педагогического исследования. Экспериментальные методы исследований в физкультурологии. Естественный эксперимент. Модельный эксперимент. Лабораторный эксперимент. Использование математических методов исследования в физкультурологии

## **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 форм. Урок - основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: индивидуальные и групповые самодеятельные занятия, игры и состязания.

### **практическое занятие (1 часа(ов)):**

1. Особенности различных форм физического воспитания и спорта.

## **Тема 8. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ**

### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Целевое планирование и контроль как функции управления. Процесс получения, передачи и переработки информации ? сущность управления, обмен информацией между управляющей и управляемой системами как основа управления. Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах педагогики физической культуры и спорта. Программы в системе планирования. Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля ? предварительный, текущий, итоговый. Учет успеваемости.

**практическое занятие (1 часа(ов)):**

Устный опрос студентов по вопросам лекции "ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ"

**Тема 9. 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.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Формы физического воспитания дошкольников.
2. Формы организации физического воспитания в школе.
3. Программы физического воспитания общеобразовательной школы.

**Тема 10. 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, пожилом 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.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. 2. Формы физического воспитания во внеурочное время.

**Тема 11. 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". .

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Требования к минимуму содержания и уровню подготовки выпускника. 2. Сфера деятельности выпускника Института физической культуры, спорта и восстановительной медицины.

**Тема 12. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ**

**лекционное занятие (1 часа(ов)):**

Система физического воспитания как совокупность взаимосвязанных элементов, ориентированных на обеспечение физического совершенствования и укрепления ресурсов здоровья всех слоев населения, формирования здорового образа, стиля жизни. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием. Структура системы физического воспитания, ее составные части или подсистемы: цель, задачи (образовательные, воспитательные, оздоровительные); основы (идеологические, научные, методические, программные, нормативные, управленческие); принципы (гармоничного развития личности, связи с трудовой и военной практикой, оздоровительной направленности); направления (общая физическая подготовка, профессиональная физическая подготовка; спортивная подготовка, реабилитационно-лечебная физкультура); организационные формы, (дошкольные учреждения; учебные заведения; внешкольные учреждения; спортивные клубы и объединения на предприятиях, в учреждениях, по месту жительства; спортивные сооружения; структурные подразделения подготовки спортсменов высших разрядов и спортивных резервов; структуры на условиях оплаты); подготовка и повышение квалификации кадров (профессиональное ориентирование в школе, отбор абитуриентов, подготовка в высших и средних физкультурных учебных заведениях; после окончания учебного заведения); материально-техническое обеспечение (закрытые и плоскостные сооружения, современное оснащение различных видов физкультурно-спортивных занятий, методические комплексы ? программы, учебники, учебные пособия для обучающих и обучаемых, научное оборудование, современным информационные технологии).

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Структура системы физического воспитания. 2. Организационные формы. 3. Подготовка и повышение квалификации кадров.

**Тема 13. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ**

**лекционное занятие (1 часа(ов)):**

Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания. Исторически и генетически обусловленная роль активной мышечной деятельности как важного фактора укрепления ресурсов здоровья человека. Формирование понятий "оздоровительно-реабилитационная физическая культура" ("физкультурная реабилитация") и "оздоровительно-рекреационная физическая культура" ("физкультурная рекреация"), их сущности и границы применения. Понятие "оздоровительная физическая культура", ее роль в формировании здорового образа и стиля жизни. Место направленно-оздоровительных средств в различные возрастные периоды онтогенеза и в различных условиях жизнедеятельности. Механизм оздоровительного действия физических упражнений, закаливания, массажа.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Оздоровительно-реабилитационная физическая культура. 2. Оздоровительно-рекреационная физическая культура

**Тема 14. ФОРМЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Характеристика направленно-оздоровительных физкультурно-спортивных занятий: по характеру решаемых задач (развивающие, активизирующие, восстановительные); по контингенту (массовые, групповые, индивидуальные (самостоятельные); по условиям проведения (в закрытом помещении, на открытом воздухе). Характеристика средств специально-оздоровительной направленности: физические упражнения; средства закаливания; оздоровительный массаж; гигиенические факторы; психологические средства воздействия. Дозирование физических нагрузок, закаливания и массажа, сочетание средств. Методика оздоровительной физической культуры для здоровых людей. Использование положений вальеологии, предметом которой является "здоровье здоровых" и в которой большая роль отводится физической активности. Составление индивидуальных программ, контроль и коррекция оздоровительных воздействий. Методика оздоровительной физической культуры для лиц с избыточным весом (ожирением), с нарушением осанки, остеохондрозом, плоскостопием и неосложненными формами; с близорукостью. Методика определения пограничных состояний между нормой и патологией, выявления начальных патологических состояний. Выбор средств, методов, нормирование и программирование режима нагрузок и отдыха в недельных, месячных и более протяженных циклах, регулирование оздоровительного эффекта. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная).

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

1. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности. 2. Методика оздоровительной физической культуры для здоровых людей.

**Тема 15. 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 функциональных реакций 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 16. 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 17. 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 самоокупаемость, 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.). Разнообразие видов спорта в мире, в нашей стране.

**практическое занятие (6 часа(ов)):**

1. Спорт в структуре современного общества.
2. Спорт высших достижений.
3. Массовый спорт.
4. Профессиональный спорт.

**Тема 18. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ**

**лекционное занятие (4 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, профилактическо-восстановительные мероприятия, формирование личности спортсмена).

**практическое занятие (6 часа(ов)):**

1. Этапы многолетней спортивной подготовки.
2. Структура системы подготовки спортсменов.

**Тема 19. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР**

**лекционное занятие (4 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.

**практическое занятие (6 часа(ов)):**

1. Организация отбора на всех уровнях.
2. Методика на всех уровнях.

**Тема 20. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА**

**лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Тренировка как составная часть подготовки спортсменов. Роль тренировки в подготовке спортсменов. Факторы, определяющие эффективность тренировки: качество программирования многолетнего процесса тренировки по всем его компонентам; соответствие применяемых средств и методов возрасту и подготовленности спортсменов; точность параметров тренировочных и соревновательных нагрузок в больших, средних, малых циклах и тренировочных занятиях; информационное обеспечение посредством комплексного контроля. Принципы тренировки. Основные стороны (составные части) тренировки. Тренировочные нагрузки. Соревновательные нагрузки. Характер отдыха, сочетание с нагрузками.

**практическое занятие (6 часа(ов)):**

1. Составление плана учебно-тренировочной деятельности. 2. Организация учебно-тренировочной работы. 3. Направленность спортивной тренировки.

**Тема 21. 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 врабатываются планы. Перспективные, годичные планы и в пределах годичного 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.

**практическое занятие (6 часа(ов)):**

1. Составление документов планирования по избранному виду спорта. 2. Формы контроля уровня подготовленности спортсмена.

**Тема 22. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

**лекционное занятие (6 часа(ов)):**

Вопросы лекции "Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию": 1. Оформление общего плана работы учителя по физическому воспитанию в школе. 2. Оформление годового плана-графика учебного процесса по физическому воспитанию. 3. Оформление поурочно-четвертного (тематического) плана прохождения учебного материала по физической культуре. 4. Оформление развернутого плана-конспекта урока по физической культуре. 5. Оформление методической разработки для решения общих образовательных задач физической культуры. 6. Оформление протокола хронометража и пульсометрии.

**практическое занятие (10 часа(ов)):**

Разработка студентами документов планирования учебного материала по физическому воспитанию: 1. Общий план работы учителя по физическому воспитанию в школе. 2. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. 3. Поурочно-четвертной (тематический) план прохождения учебного материала по физической культуре. 4. Развернутый план-конспект урока по физической культуре. 5. Методическая разработка для решения общих образовательных задач физической культуры. 6. Протоколы хронометража и пульсометрии.

**Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Вопросы лекции "Физическое воспитание студенческой молодежи": 1. Значение и задачи физического воспитания студентов. 2. Содержание программы физического воспитания студентов. 3. Возрастные особенности контингента обучающихся в ВУЗе. 4. Методические основы физического воспитания в ВУЗе. 5. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях. 6. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, по адаптивной физической культуре. 7. Формы организации физического воспитания студентов.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Устный опрос студентов по вопросам лекции "ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ".

**Тема 24. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

**лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Вопросы лекции "ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА": 1. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). 2. Задачи ППФП. 3. Построение и основы методики ППФП. 4. Средства и формы занятий по ППФП. 5. Педагогический контроль в ППФП.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Устный опрос студентов по вопросам лекции "ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА".

**Тема 25. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

**лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Вопросы лекции "ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ": 1. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. 2. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. 3. Физическая культура в режиме трудового дня. 4. Физическая культура в быту тружеников. 5. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Устный опрос студентов по вопросам лекции "ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ".

**Тема 26. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Вопросы лекции "ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ": 1. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. 2. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями. 3. Формы организации занятий физическими упражнениями и методические основы занятий.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Устный опрос студентов по вопросам лекции "ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ".

**4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)**

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (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	4		подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
				подготовка к устному опросу	2	устный опрос
2.	Тема 2. КУЛЬТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА	4		подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
				подготовка к устному опросу	2	устный опрос
3.	Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	4		подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
				подготовка к презентации	2	презентация
				подготовка к устному опросу	1	устный опрос
4.	Тема 4. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	4		подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
				подготовка к реферату	2	реферат
				подготовка к устному опросу	1	устный опрос
5.	Тема 5. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	4		подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
				подготовка к презентации	2	презентация
				подготовка к устному опросу	2	устный опрос
6.	Тема 6. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ)	4			3	дискуссия
				подготовка к контрольной работе	3	контрольная работа

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
7.	Тема 7. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА	5		подготовка домашнего задания	7	домашнее задание
8.	Тема 8. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ	5		подготовка к творческому экзамену	8	творческое задание
9.	Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	5		подготовка домашнего задания	8	домашнее задание
10.	Тема 10. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ	5		подготовка домашнего задания	7	домашнее задание
11.	Тема 11. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		подготовка домашнего задания	7	домашнее задание
12.	Тема 12. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ	5		подготовка домашнего задания	7	домашнее задание
13.	Тема 13. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ	5		подготовка к контрольной работе	7	контрольная работа

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
14.	Тема 14. ФОРМЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
15.	Тема 15. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
16.	Тема 16. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	5		подготовка домашнего задания	7	домашнее задание
17.	Тема 17. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ	6		подготовка домашнего задания	4	домашнее задание
18.	Тема 18. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	6		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
19.	Тема 19. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР	6		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
20.	Тема 20. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА	6		подготовка к контрольной работе	6	контрольная работа
21.	Тема 21. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ	6		подготовка к творческому экзамену	6	творческое задание

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
22.	Тема 22. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ	7		подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
				подготовка к творческому заданию	2	творческое задание
23.	Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	7		подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
24.	Тема 24. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	7		подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
25.	Тема 25. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.	7		подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
26.	Тема 26. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ	7		подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
Итого					135	

## 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

домашнее задание , примерные вопросы:

- 1.Определение учебной дисциплины "Теория и методика физической культуры и спорта".
- 2.Объект и субъект теории и методики физической культуры и спорта. 3.Связь теории и методики физической культуры и спорта с другими учебно-научными дисциплинами.

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**

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.

устный опрос , примерные вопросы:

1.Двигательная деятельность - сфера человеческой деятельности. 2. Двигательная потребность растущего организма. 3. Классификация двигательной активности. 4. Влияние двигательной активности на функциональные показатели организма. 5. Двигательная активность и творческое долголетие. 6. Двигательная активность и продолжительность жизни человека.

## **Тема 3. НАПРАВЛЕННОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

домашнее задание , примерные вопросы:

1.Определение понятия "Здоровье". 2.Виды здоровья. 3.Связь физического здоровья с физической культурой. 4.Физическое здоровье и возраст человека. 5.Здоровье организма и его составляющие. 6.Паспорт физического здоровья.

презентация , примерные вопросы:

Подготовка презентаций: 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**

домашнее задание , примерные вопросы:

1.Цель и задачи физической культуры в школе. 2.Основные звенья социальной системы физической культуры. 3.Основы социальной системы физической культуры. 4.Принципы социальной системы физической культуры. 5.Исторический и классовый характер физической культуры. 6.Условия и причины развития социальной системы физической культуры 7.Двигательная деятельность, двигательное действие, движение. 8.Физические упражнения. Определение и систематизация. 9.Физические упражнения и физический труд. 10.Классификация физических упражнений. 11.Факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений.

реферат , примерные темы:

1.Понятие техники физических упражнений. 1.1.Виды техники физических упражнений. 1.2.Основа техники физических упражнений. 1.3.Определяющее звено техники физических упражнений. 1.4.Детали техники физических упражнений. 2.Пространственная характеристика физических упражнений (положение тела, положение головы, траектория движения и др.) 3.Временная характеристика физических упражнений. 3.1.Длительность и темп физических упражнений. 3.2.Ритм физических упражнений. 4.Пространственно-временная характеристика физических упражнений (скорость движения при выполнении физических упражнений). 5.Динамическая характеристика физических упражнений. 6.Обобщенная характеристика физических упражнений

устный опрос , примерные вопросы:

- 1.Определение методов и методических приемов обучения физическим упражнениям.
- 2.Требования к методам обучения физическим упражнениям. 3.Характеристика методов обучения физическим упражнениям: 3.1.Словесные методы обучения физическим упражнениям. 3.2.Метод наглядного восприятия в обучении физическим упражнениям. 3.3.Практические методы обучения физическим упражнениям.

## **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:

- 1.Общепедагогические принципы обучения.
- 2.Принцип сознательности и активности.
- 3.Принцип наглядности.
- 4.Принцип доступности и индивидуализации.
- 5.Принцип систематичности.
- 6.Принципы, выражающие специфичность занятий физическими упражнениями.

устный опрос , примерные вопросы:

- 1.Развитие двигательного действия в процессе обучения.
- 2.Формирование двигательного умения.
- 3.Формирование двигательного навыка.
- 4.Формирование двигательного умения высшего порядка

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

дискуссия , примерные вопросы:

Вопросы дискуссии: Определение понятия "физические качества", "двигательные способности", их характеристика. Определение и закономерности развития двигательных способностей. Развитие силовых и скоростных способностей. Развитие координационных способностей. Развитие способности к выносливости. Поддерживание и развитие способности к гибкости.

контрольная работа , примерные вопросы:

Вопросы контрольной работы: 1. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. 2. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств. 3. Значение научных исследований в физкультурологии.

Методы теоретического исследования. Методы педагогического исследования.

Экспериментальные методы исследований в физкультурологии. Естественный эксперимент.

Модельный эксперимент. Лабораторный эксперимент. 4. Использование математических методов исследования в физкультурологии

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

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Характеристика форм физического воспитания. 2. Формы физического воспитания в семье. 3. Формы физического воспитания в дошкольных учреждениях. 4. Формы физического воспитания в школе. 5. Формы физического воспитания в учреждениях дополнительного образования. 6. Взаимосвязь формы и содержания занятий. 7. Динамика работоспособности на занятиях, характеристика структуры занятий. 8. Урочные и неурочные форм. 9. Урок ? основная форма организации занятий. 10. Виды уроков. 11. Структура урока. 12. Неурочные формы занятий.

## **Тема 8. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ**

творческое задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Целевое планирование и контроль как функции управления. 2. Процесс получения, передачи и переработки информации как основа управления. 3. Требования к планированию. 4. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. 5. Этапы планирования. 6. Особенности планирования в различных организационных формах педагогики физической культуры и спорта. 7. Программы в системе планирования. 8. Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. 9. Основные виды контроля ? предварительный, текущий, итоговый. 10. Учет успеваемости.

## **Тема 9. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО, ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Возрастные особенности дошкольников 2. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. 3. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков. 4. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. 5. Формы физического воспитания дошкольников. 6. Значение и задачи физического воспитания школьников. 7. Периодизация школьного возраста 8. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей школьного возраста. 9. Физическое воспитание детей младшего, среднего, старшего школьного возраста 10. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. 11. Физическое воспитание во вспомогательных школах. 12. Адаптивная физическая культура. 13. Физическое воспитание в школах-интернатах и детских домах. 14. Особенности физического воспитания в сельской школе. 15. Формы организации физического воспитания в школе. 16 Формы организации физического воспитания в учреждениях дополнительного образования. 17. Формы физического воспитания в семье. 18. Программы физического воспитания общеобразовательной школы. 19. Школьный урок физической культуры ? основная форма учебной работы. 20. Требования к уроку. 21. Структура урока. 22. Подготовка учителя к уроку. 23. Организация, активизация и оценка деятельности учащихся на уроке. 24. Домашние задания по физическому воспитанию. 25. Цель, задачи, направленность, содержание других форм физического воспитания в режиме учебного дня. 26. Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию. 27. Требования к организации внеклассной работы. 28. Формы и направленность содержания внеклассных физкультурных мероприятий. 29. Значение и формы пропаганды физической культуры и спорта в школе. 30. Методика разработки документов планирования. 31. Специфические особенности учета успеваемости, формы учета, этапы учета (предварительный, текущий, итоговый). 32. Экзамен по физической культуре в школе.

## **Тема 10. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Современные тенденции физического воспитания взрослого населения страны. 2. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания. 3. Физическое воспитание студенческой молодежи. 4. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. 5. Оценка успеваемости. 6. Формы физического воспитания во внеурочное время. 7. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности, пожилом и старшем возрасте. 8. Научно-технический прогресс и его влияние на жизнедеятельность человека. 9. Роль физической культуры в научной организации труда и отдыха. 10. Самостоятельные занятия в свободное время для укрепления здоровья. 11. Задачи индивидуально направленного физического воспитания в старшем возрасте. 12. Профессиональная физическая подготовка.

## **Тема 11. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА СПЕЦИАЛИСТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Сущность професионализма. 2. Акмеология ? наука о наивысшем уровне развития человека и закономерностях становления в связи с этим професионализма. 3. Формы проявления професионализма в физкультурно-спортивной деятельности. 4. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре. 5. Стандарты профессионального физкультурного образования. 6. Характеристика учебных планов и программ. 7. Требования к минимуму содержания и уровню подготовки выпускника по направлению ? физическая культура?. 8. Сфера деятельности специалиста физической культуры.

## **Тема 12. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СИСТЕМЕ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Система физического воспитания как совокупность взаимосвязанных элементов, формирования здорового образа, стиля жизни. 2. Связь физического воспитания с образованием и воспитанием. 3. Структура системы физического воспитания, ее составные части или подсистемы. 4. Цель, задачи физического воспитания. 5. Основы физического воспитания. 6. Принципы физического воспитания. 7. Направления физического воспитания. 8. Организационные формы физического воспитания. 9. Спортивные сооружения физического воспитания. 10. Структурные подразделения подготовки спортсменов высших разрядов и спортивных резервов. 11. Подготовка и повышение квалификации кадров. 12. Материально-техническое обеспечение. 14. Методические комплексы.

## **Тема 13. ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В АСПЕКТЕ ИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕННОСТИ**

контрольная работа , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Оздоровительная направленность как важнейший принцип системы физического воспитания. 2. Исторически и генетически обусловленная роль активной мышечной деятельности как важного фактора укрепления ресурсов здоровья человека. 3. Формирование понятий ?оздоровительно-реабилитационная физическая культура? и ?оздоровительно-рекреационная физическая культура?. 4. Понятие ?оздоровительная физическая культура?, ее роль в формировании здорового образа и стиля жизни. 5. Место направленно-оздоровительных средств в различные возрастные периоды онтогенеза и в различных условиях жизнедеятельности. 6. Механизм оздоровительного действия физических упражнений, закаливания, массажа.

## **Тема 14. ФОРМЫ, СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Характеристика направленно-оздоровительных физкультурно-спортивных занятий. 2. Характеристика средств специально-оздоровительной направленности. 3. Дозирование физических нагрузок, закаливания и массажа, сочетание средств. 4. Методика оздоровительной физической культуры для здоровых людей. 5. Использование положений валеологии. 6. Составление индивидуальных программ, контроль и коррекция оздоровительных воздействий. 7. Методика оздоровительной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 8. Выбор средств, методов, нормирование и программирование режима нагрузок и отдыха в разных тренировочных циклах. 9. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная).

## **Тема 15. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ И ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Специфические особенности видов контроля в оздоровительной физической культуре. 2. Оперативный и текущий контроль. 3.

Педагогический контроль. 4. Врачебный контроль. 5. Поэтапный контроль.

## **Тема 16. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ И МЕТОДИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА, ПРОБЛЕМАТИКА НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Понятия: актуальность темы, цель и задачи исследования, научная гипотеза, методы исследования, организация исследования, новизна и практическая значимость. 2. Методы сбора информации. 3. Изучение литературных источников. 4. Педагогическое наблюдение: классификация, способы, виды регистрации. 5. Контрольные испытания: виды, методика, способы оценки. 6. Педагогический эксперимент, виды, классификация. 7. Хронометрирование. 8. Математико-статистические методы. 9. Основные области и направления исследований в системе педагогики физической культуры и спорта. 10. Практическое использование результатов исследования, их методическая интерпретация.

## **Тема 17. СПОРТ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ, ТЕНДЕНЦИИ ЕГО РАЗВИТИЯ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Спорт как исторически сложившаяся специфическая деятельность. 2. Спорт в структуре современного общества. 3. Функции современного спорта. 4. Гуманистическая направленность функции спорта. 5. Роль спорта в решении задач физического воспитания населения. 6. Типы спорта, сложившиеся в мире. 7. Спорт высших достижений. 8. Установка на победу, рекорд, призовое место. 9. Критерии эффективности ? по итогам крупнейших соревнований. 10. Наличие специального отбора лиц для занятий и участия в соревнованиях. 11. Массовый спорт (спорт для всех). 12. Критерии эффективности по факту регулярных занятий и участия в соревнованиях, личных достижений. 13. Детско-юношеский спорт. 14. Профессиональный спорт. 15. Виды спорта.

## **Тема 18. СИСТЕМНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Требования к спортсмену в современном спорте. 2. Понятие ?спортивная подготовка?. 3. Многолетний характер подготовки спортсменов. 4. Этапы многолетней спортивной подготовки. 5. Структура системы подготовки спортсменов

## **Тема 19. СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И ОТБОР**

домашнее задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Понятие ?спортивная ориентация?. 2. Понятие ?спортивный отбор?. 3. Связь со спортом высших достижений, массовым и детско-юношеским спортом. 4. Уровни отбора. 5. Организация отбора на всех уровнях. 6. Методика отбора на всех уровнях.

## **Тема 20. СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА**

контрольная работа , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Тренировка как составная часть подготовки спортсменов. 2. Роль тренировки в подготовке спортсменов. 3. Факторы, определяющие эффективность тренировки 4. Принципы тренировки. 5. Основные стороны (составные части) тренировки. 6. Тренировочные нагрузки. 7. Соревновательные нагрузки. 8. Характер отдыха, сочетание с нагрузками.

## **Тема 21. ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ**

творческое задание , примерные вопросы:

Примерные вопросы для контрольных работ: 1. Комплексный и перспективный аспекты планирования. 2. Содержание планирования. 3. Комплекс показателей, на основе которых врабатываются планы. 4. Перспективные, годичные планы и в пределах годичного цикла. 5. Комплексный контроль в процессе подготовки спортсменов. 6. Основные виды контроля ? этапный, текущий и оперативный. 7. Основные формы контроля ? педагогический, медико-биологический, психологический. 8. Методы контроля.

## **Тема 22. ТЕХНОЛОГИЯ РАЗРАБОТКИ ДОКУМЕНТОВ ПЛАНИРОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы для подготовки к устному опросу: 1. Оформление общего плана работы учителя по физическому воспитанию в школе. 2. Оформление годового плана-графика учебного процесса по физическому воспитанию. 3. Оформление поурочно-четвертного (тематического) плана прохождения учебного материала по физической культуре. 4. Оформление развернутого плана-конспекта урока по физической культуре. 5. Оформление методической разработки для решения общих образовательных задач физической культуры. 6. Оформление протокола хронометража и пульсометрии.

творческое задание , примерные вопросы:

Разработка студентами документов планирования учебного материала по физическому воспитанию: 1. Общий план работы учителя по физическому воспитанию в школе. 2. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. 3. Поурочно-четвертной (тематический) план прохождения учебного материала по физической культуре. 4.

Развернутый план-конспект урока по физической культуре. 5. Методическая разработка для решения общих образовательных задач физической культуры. 6. Протоколы хронометража и пульсометрии.

### **Тема 23. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы для подготовки к устному опросу: 1. Значение и задачи физического воспитания студентов. 2. Содержание программы физического воспитания студентов. 3. Возрастные особенности контингента обучающихся в ВУЗе. 4. Методические основы физического воспитания в ВУЗе. 5. Особенности методики занятий по физическому воспитанию в различных учебных отделениях. 6. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, по адаптивной физической культуре. 7. Формы организации физического воспитания студентов.

### **Тема 24. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы для подготовки к устному опросу: 1. Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). 2. Задачи ППФП. 3. Построение и основы методики ППФП. 4. Средства и формы занятий по ППФП. 5. Педагогический контроль в ППФП.

### **Тема 25. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ОСНОВНОЙ ПЕРИОД ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы для подготовки к устному опросу: 1. Социальное значение и задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью. 2. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста. 3. Физическая культура в режиме трудового дня. 4. Физическая культура в быту трудящихся. 5. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.

### **Тема 26. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СТАРШЕМ И ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТАХ**

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы для подготовки к устному опросу: 1. Старение и задачи направленного физического воспитания в пожилом и старшем возрасте. 2. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями. 3. Формы организации занятий физическими упражнениями и методические основы занятий.

### **Тема . Итоговая форма контроля**

Примерные вопросы к экзамену:

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:**

Физическая культура, Абзалов, Р. А., 2005г.

Теория и методика физического воспитания и спорта , Холодов, Жорж Константинович;Кузнецов, Василий Степанович, 2008г.

Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / О.П.Кокоулина.- М.:ЕАОИ, 2011.- 144 с. ISBN 978-5-374-00429-8  
<http://www.bibliorossica.com/book.html?currBookId=6472>

Матвеев, Лев Павлович. Теория и методика физической культуры: введ. в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л. П. Матвеев.-3-е изд..-СПб. [и др.]: Лань, 2003.158,[1] с.; 20.- (Учебники для вузов, Специальная литература).-Предм. указ.: с. 155-157.-Библиогр. в конце гл..-ISBN 5-8114-0483-2, 3000.

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ.высш.учеб.заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.?4-е изд.,стереотип..-М.: Академия, 2006.-480 с..-(Высшее профессиональное образование).-ISBN 5-7695-3079-0: р.214.50

Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2012. - 208 с.: 60x90 1/16. - (Профессиональное образование). (переплет) ISBN 978-5-8199-0325-4, 1500 экз <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=416123>

Кожухова, Наталия Николаевна. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : Схемы и табл. / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова.-М.: ВЛАДОС, 2003.-190, [1]с.: табл..-Библиогр. в конце тем.-ISBN 5-691-00862-5.

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов.-2-е изд., испр. и доп..-М.: Академия, 2003.-478, [1]с.: ил..-(Высшее образование).-Библиогр.: с.472-473.-ISBN 5-7695-0853-1.

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов и преподавателей высш. и сред. учеб. заведений физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.-3-е изд., стер..-Москва: Академия, 2004.-478, [1]с.: ил.; 22.- (Высшее профессиональное образование, Педагогические специальности).-(Учебное пособие).-Библиогр.: с.472-473.-ISBN 5-7695-2099-X, 10000.

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.-6-е изд., стер..-Москва: Академия, 2008.-478, [1] с.: ил.; 22.- (Высшее профессиональное образование, Педагогические специальности).-(Учебное пособие).-Библиогр.: с. 472-473.-ISBN 978-5-7695-4866-6, 3000.

## **7.2. Дополнительная литература:**

Теория и методика обучения предмету "Физическая культура", Железняк, Юрий Дмитриевич;Минбулатов, Вагаб Минбулатович, 2008г.

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Железняк, Юрий Дмитриевич, 2005г.

Разделы теории и методики физической культуры: учебное пособие / В.С.Рубин.- М.: Физическая культура, 2006.- 112 с. ISBN 5-9746-0012-6  
<http://e.lanbook.com/view/book/9175/page1/>

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.-Рекомендовано УМО по специальностям педагогического образования.-ISBN 978-5-7695-4840-6: р.214.50.

Матвеев, Лев Павлович. Теория и методика физической культуры: учебник для ин-тов физич.культуры / Л. П. Матвеев.-М.: Физкультура и спорт, 1991.-543 с.-ISBN 5-278-00326-X: р.14.00

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Холодов Ж.К., Кузнецов В.С..-2-е изд., испр. и доп..-М.: Academia, 2001.-479с.: табл..-(Высшее образование).-Библиогр.: с.472-473.-ISBN 5-7695-0853-1: 83.00

Холодов, Жорж Константинович. Теория и методика физического воспитания и спорта : Учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов.-2-е изд., испр. и доп..-М.: Академия, 2002.-479с.: ил..-(Высшее образование).-Библиогр.: с.472-473.-ISBN 5-7695-0853-1

Хухлаева, Домна Васильевна. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебник для пед.уч-щ / Д. В. Хухлаева.-2-е изд.,перераб.и лоп..-М.: Просвещение, 1976.-239 с.: ил..-р.13.00.

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: р.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: р.213.79

### **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.goverment.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 и спорта" 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 050100.62 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Образование в области физической культуры и Безопасности жизнедеятельности .

Автор(ы):

Абзалов Р.А. \_\_\_\_\_

Никитин А.С. \_\_\_\_\_

"\_\_" 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. \_\_\_\_\_

"\_\_" 201\_\_ г.