



«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
 /Шахов А.А./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.04.04 Теория и методика физического воспитания

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка, фитнес

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	1		
Семестр/триместр	1,2		
Лекции	54		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	72		
в т. ч. практическая подготовка			
Форма промежуточной аттестации	Зачет Экзамен – 0,3		
Контроль	9		
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	152,7		

Всего часов: 288

Трудоемкость: 8 зачетных единиц.

Разработчик(и) рабочей программы:
 кандидат педагогических наук, доцент

Е.Н. Карасева

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины: обеспечить теоретическое осмысление у обучающихся основ физического воспитания и формировать у них умения практической реализации её теоретико-методических положений в профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- сформировать систему знаний о сущности, специфике, содержании и методах физического воспитания;
- преобразовать педагогические знания, умения и навыки в компоненты технологии учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию.

Место дисциплины в структуре ОПОП: дисциплина Б1.О.04.04 Теория и методика физического воспитания реализуется в рамках модуля 4 "Предметно-содержательный" Блока 1 «Дисциплины (модули) Обязательная часть».

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	Знать: - о педагогических, медико-биологических, психологических методах оценки способностей человека к спортивной деятельности; - об анатомических, физиологических, психологических факторах, обуславливающих успешность деятельности спортсмена в выбранном виде спорта; - систему спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, критерии и подходы в диагностике спортивной предрасположенности;	Знает: - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в избранном виде спорта, а также методики массового и индивидуального отбора в этом виде спорта.
	Уметь: - оценивать эмпирическими и тестовыми методами способности детей к занятиям выбранным видом спорта; - давать рекомендации по выбору вида спорта для занятий; - прогнозировать будущие достижения ребёнка на основе данных, получаемых методами комплексной оценки его способностей	Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации, проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов
	Владеть: - методами анализа информации, получаемой в процессе наблюдений и	Владеет: - методикой тестирования подготовленности занимающихся в

	тестовой оценки способностей начинающих спортсменов	избранном виде спорта, выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования. Владеет навыками набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Знает: - методику обучения двигательным действиям в избранном виде спорта; методику и средства физической подготовки; физиологические аспекты проявления и развития физических качеств; технологии (алгоритмы) разработки тренировочных программ и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; особенности организации мероприятий образовательной, тренировочной, рекреационной направленности.	Знает: - технологию контроля процесса физического воспитания и спортивной тренировки; - современные аспекты научной проблематики сферы «Физическая культура и спорт».
	Умеет: - планировать содержание тренировочных занятий и комплексных мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; выявлять и анализировать причины возникновения проблемных ситуаций; применять конструктивные, креативные средства и методы в планировании; осуществлять руководство подготовкой и проведением мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности.	Умеет: - контролировать индивидуальные показатели физического развития и спортивной подготовленности; - использовать современные достижения науки в процессе физического воспитания и спортивной тренировки.

	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования тренировочного процесса; организационными приемами управления проектами в физической культуре; навыками разрешения педагогических, социальных и экономических задач в сфере физической культуры и спорта; различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологией контроля процесса физического воспитания и спортивной тренировки; - технологией научно-исследовательской работы в сфере «Физическая культура и спорт».
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений и навыков занимающихся; методы проведения мониторинга в области физической культуры и массового спорта (опрос, беседа, анкетирование, наблюдение); технологии анализа собранной информации; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности и факторы физического развития и физической подготовленности, характеристики психического состояния занимающихся; - способы и методы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, психического состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений на основе квалифицированного подбора диагностирующего материала и с учётом индивидуальных особенностей занимающихся.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять функциональное состояние, физическое развитие, уровень подготовленности и технику выполнения физических упражнений занимающихся ФКиС; анализировать получаемую информацию; использовать результаты контроля для повышения эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта; определять причины ошибок и недостатков в тренировочном процессе находить способы их устранения. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - контролировать функциональное состояние, использовать методы контроля за физическим развитием, за уровнем физической подготовленности и техники выполнения физических упражнений занимающихся ФКиС; анализировать получаемую информацию

	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами, методами и приемами оценки физического состояния и техники выполнения физических упражнений, занимающихся в процессе их двигательной деятельности; навыками разработки и обновления программ спортивной тренировки с учетом результатов контроля. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
<p>ОПК-10 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущность социально-психологических явлений, происходящих в процессе общения и взаимодействия; сущность профессионального общения в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта; методы и способы организации профессионального общения и сотрудничества; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологию планирования процесса физического воспитания и спортивной тренировки.
	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять понятийно-категориальный аппарат и основные законы психологической науки в профессиональной деятельности; эффективно общаться и взаимодействовать с участниками физкультурно-спортивных процессов; эффективно организовывать сотрудничество с занимающимися, коллегами и социальными партнерами; вести диалог, разрешать конфликтные ситуации; поддерживать активность и инициативность лиц, заинтересованных во взаимодействии. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать индивидуальные программы физического воспитания и спортивной тренировки.
	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками работы в коллективе; навыками организации сотрудничества и совместного взаимодействия для успешной работы в коллективе, или в группе обучающихся; навыками взаимодействия с занимающимися, родителями, коллегами, социальными партнерами. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологией планирования процесса физического воспитания и спортивной тренировки.
<p>ОПК-12 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организацию судебных, правоприменительных и правоохранительных органов; - систему российского права; - закон о физической культуре и спорте; - основные положения и нормы 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта и нормы профессиональной этики

нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	конституционного, административного, гражданского, уголовного, семейного, трудового права; - этические нормы спортивной деятельности.	
	Уметь: - ориентироваться в специализированной литературе; - анализировать текущее законодательство и практику его применения; - развивать навыки работы с нормативно-правовыми актами; - систематизировать и конкретизировать знания, приобретенные в процессе изучения дисциплины; - использовать предоставленные Конституцией РФ права и свободы человека и гражданина; - применять нормативные акты при осуществлении профессиональной деятельности.	Умеет: - ориентироваться в нормативных правовых актах в сфере физической культуры и спорта, принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и нормами профессиональной этики
	Владеть: - навыками самостоятельного освоения и применения новых правовых знаний; - навыками анализа и оценки нормативно-правовых актов; - навыками реализации и защиты своих прав; - навыками толкования и применения законов и других нормативных правовых актов в практической деятельности	Владеет: - навыками применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности
ОПК-16 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Знать: – принципы работы современных информационных технологий и способы их использования для решения задач профессиональной деятельности	Знает: - принципы работы современных информационных технологий и применимость различных информационных технологий при решении задач профессиональной деятельности.
	Уметь: – обоснованно выбирать современные информационные технологии и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Умеет: - работать с современными информационными технологиями и решать задачи профессиональной деятельности с их применением.
	Владеть: – навыками работы с современными информационными технологиями, способами их использования для решения задач профессиональной деятельности	Владеет: - навыками работы с современными информационными технологиями и навыками решения профессиональных задач, в том числе с применением современных информационных технологий.

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. Общие основы теории физического воспитания.	40	15	10		15
1	Тема 1. Система физической культуры Российской Федерации. Основные понятия теории физического воспитания.	8	3	2		3
2	Тема 2. Средства физического воспитания.	8	3	2		3
3	Тема 3. Методы физического воспитания.	8	3	2		3
4	Тема 4. Принципы физического воспитания.	8	3	2		3
5	Тема 5. Функции физического воспитания.	8	3	2		3
	Раздел 2. Основы обучения двигательным действиям.	20	6	8		6
6	Тема 6. Уровни освоенности двигательного действия.	10	3	4		3
7	Тема 7. Этапы освоения двигательного действия.	10	3	4		3
	Раздел 3. Физические способности и их характеристика.	48	15	18		15
8	Тема 8. Гибкость и методика ее развития.	10	3	4		3
9	Тема 9. Скорость и методика ее развития.	11	3	5		3
10	Тема 10. Выносливость и методика ее развития.	11	3	5		3
11	Тема 11. Ловкость и методика ее развития.	8	3	2		3
12	Тема 12. Сила и методика ее развития.	8	3	2		3
	<i>Форма отчетности</i>	зачет				
	<i>Итого за 1 семестр</i>	108	36	36		36
	Раздел 4. Теория и методика физического воспитания людей различного возраста	90	10	20		60

13	Тема 13. Физическое воспитание детей дошкольного возраста	18	2	4		12
14	Тема 14. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста	18	2	4		12
15	Тема 15. Физическая культура учащейся и студенческой молодежи	18	2	4		12
16	Тема 16. Физическая культура лиц среднего возраста	18	2	4		12
17	Тема 17. Физическая культура пожилого возраста	18	2	4		12
	Раздел 5. Формы построения занятий в физическом воспитании.	40	4	8		28
18	Тема 18. Урочные формы.	20	2	4		14
19	Тема 19. Неурочные формы.	20	2	4		14
	Раздел 6. Планирование и контроль в физическом воспитании.	40,7	4	8		28,7
20	Тема 20. Планирование в физическом воспитании.	20	2	4		14
21	Тема 21. Контроль в физическом воспитании.	20,7	2	4		14,7
	<i>Форма отчетности</i>	Экзамен – 0,3				
	<i>Контроль</i>	9				
	<i>Итого за 2 семестр</i>	170,7	18	36		116,7
	в т.ч. практическая подготовка					
	ИТОГО:	288	54	72		152,7

Очно-заочная форма обучения

Не реализуется.

Заочная форма обучения

Не реализуется.

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме реферата.

Примерная тематика рефератов

1. Развитие содержания образования по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования России.
2. Государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура».
3. Пути реализации государственного образовательного стандарта в современных концепциях модернизации содержания образования по предмету «Физическая культура».
4. Специфика процесса обучения по предмету «Физическая культура».
5. Принципы обучения предмету «Физическая культура».
6. Требования к личности учителя физической культуры.
7. Учащиеся - субъект взаимодействия преподавания и учения по предмету «Физическая культура».
8. Возрастные особенности анатомо-физиологического развития учащихся общеобразовательных школ.
9. Физическое развитие учащихся общеобразовательных школ.
10. Возрастно-половые особенности показателей физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ.
11. Особенности усвоения учащимися техники циклических двигательных действий в процессе обучения предмету «Физическая культура».
12. Особенности усвоения учащимися элементов техники спортивных игр (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей) в процессе обучения предмету «Физическая культура».
13. Соотношения понятий «Техника» и «Тактика» в избранном виде спорта.
14. Диалектика становления классификаций техники в избранном виде спорта.
15. Диалектика становления классификаций тактики в избранном виде спорта.
16. Проблематика стенографирования технико-тактических действий в процессе соревнований в избранном виде спорта.
17. Модельные характеристики чемпиона в избранном виде спорта.
18. Состояние методического сопровождения теоретической подготовки в избранном виде спорта.
19. Проблематика травматизма в избранном виде спорта.
20. Проблематика ветеранского движения в избранном виде спорта.

Вопросы к зачету (1 семестр)

1. «Теория и методика физической культуры» как наука и учебная дисциплина. Основные понятия «ТиМФК»: «Физическая культура», «Физическое воспитание», «Спорт», «Физическая рекреация», «Физическая реабилитация», «Физическое развитие», «Физическое совершенствование», «Физическая подготовленность», «Двигательная активность», «Здоровье».
2. Цель, задачи и общие принципы системы физической культуры, их сущность и основные аспекты реализации на практике.
3. Основы и основные направления российской системы физического воспитания.
4. Понятие об основных и дополнительных средствах физической культуры,

их классификационная характеристика.

5. Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Классификации физических упражнений.

6. Техника физических упражнений (понятие «Спортивная техника», виды, основа, ведущее звено, детали и фазы техники). Педагогические критерии техники.

7. Характеристики техники движений: количественные (пространственные, пространственно-временные, временные и динамические) и качественные.

8. Методы обучения двигательным действиям (методы целостного и расчлененного упражнения, метод сопряженного воздействия), их назначение и особенности применения.

9. Методы преимущественного воспитания физических способностей (виды, назначение, содержание, методические особенности).

10. Методы частично регламентированного упражнения (игровой и соревновательный), их назначение и особенности использования.

11. Характеристика методов слова и методов обеспечения наглядности, особенности их использования в процессе обучения.

12. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания. Общая характеристика и пути их реализации в процессе обучения.

13. Двигательные действия как предмет обучения в физическом воспитании. Понятия: «Двигательное умение», «Двигательный навык» и их характеристика.

14. Закономерности формирования двигательных умений и навыков. Структура процесса обучения двигательным действиям.

15. Этап начального обучения двигательному действию: задачи, средства и методы. Двигательные ошибки при обучении и пути их исправления.

16. Этап углубленного обучения двигательному действию: задачи, средства и методы.

17. Этап совершенствования двигательного действия: задачи, средства и методы.

18. Характеристика физических способностей (понятие, классификация, закономерности воспитания).

19. Скоростные способности (понятие «Скоростные способности», формы проявления; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Характеристика средств и методов воспитания скоростных способностей. Способы контроля над уровнем воспитания скоростных способностей.

20. Силовые способности (понятие «Силовые способности», виды силовых способностей; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Характеристика средств и методов воспитания силовых способностей. Способы контроля над уровнем воспитания силы.

21. Выносливость (понятие «Выносливость», виды выносливости; факторы, влияющие на проявление и воспитание выносливости). Характеристика средств и методов воспитания выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.

22. Координационные способности (понятие «Координационные способности»; основные группы координационных способностей; факторы, влияющие на их проявление и воспитание). Характеристика средств и методов

воспитания координационных способностей. Критерии и способы оценки координационных способностей.

23. Гибкость (понятие «Гибкость»; виды гибкости; факторы, влияющие на ее проявление и воспитание). Характеристика средств и методов воспитания гибкости. Критерии и способы оценки гибкости.

24. Цель, задачи и средства физической культуры детей дошкольного возраста.

25. На примере упражнений из раздела «Легкая атлетика» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у школьников на одном уроке физической культуры.

26. На примере упражнений из раздела «Гимнастика» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у школьников на одном уроке физической культуры.

27. На примере подвижных игр из раздела «Подвижные игры» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у учащихся начальных классов на одном уроке физической культуры.

28. На примере упражнений из раздела «Легкая атлетика» описать методику воспитания быстроты двигательной реакции у школьников на одном уроке физической культуры.

29. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания частоты движений у школьников на одном уроке физической культуры.

30. На примере упражнений из раздела «Легкая атлетика» описать методику воспитания скоростных способностей как комплексного качества у школьников на одном уроке физической культуры.

31. На примере упражнений из раздела «Лыжная подготовка» описать методику воспитания общей выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

32. На примере упражнений из раздела «Гимнастика» описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

33. На примере упражнений с внешним сопротивлением, создаваемым весом предмета, описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

34. На примере упражнений с внешним сопротивлением, создаваемым противодействием партнера, описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

35. На примере упражнений с внешним сопротивлением, создаваемым сопротивлением упругих предметов, описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

36. На примере упражнений с преодолением сопротивления внешней среды описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

37. На примере упражнений с преодолением веса собственного тела описать методику воспитания силовой выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

38. На примере изометрических упражнений описать методику воспитания статической выносливости у школьников на одном уроке физической культуры.

38. На примере повторного метода описать методику воспитания пространственной точности движений у школьников на одном уроке физической культуры.

40. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания частоты движений у школьников на одном уроке физической культуры.

41. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания силовой точности движений у школьников на одном уроке физической культуры.

42. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания временной точности движений у школьников на одном уроке физической культуры.

43. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания статического равновесия у школьников на одном уроке физической культуры.

44. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания динамического равновесия у школьников на одном уроке физической культуры.

45. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику, направленную на преодоление нерациональной мышечной напряженности у школьников.

46. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания активной гибкости у школьников на одном уроке физической культуры.

47. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания пассивной гибкости у школьников на одном уроке физической культуры.

48. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику воспитания правильной осанки у школьников на одном уроке физической культуры.

49. На примере упражнений из раздела «Легкая атлетика» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у школьников на одном уроке физической культуры с использованием спортивного инвентаря.

50. На примере подвижных игр из раздела «Подвижные игры» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у школьников на одном уроке физической культуры с использованием спортивного инвентаря.

51. На примере подвижных игр из раздела «Подвижные игры» описать методику воспитания скоростно-силовых способностей у школьников на одном уроке физической культуры с использованием спортивного инвентаря.

52. На примере упражнений из любого раздела школьной программы описать методику занятий для девушек старшего школьного возраста с целью оптимизации (снижения) веса тела.

Вопросы к экзамену (2 семестр)

1. Физическая культура школьников: задачи, средства, характеристика методов обучения двигательным действиям и воспитания физических способностей.

2. Формы организации занятий физическими упражнениями со школьниками, их классификация и характерные особенности.

3. Характерные черты урока физической культуры и требования к его проведению. Содержание и структура урока.

4. Подготовка учителя к проведению урока и характеристика каждого из ее видов (организационная, двигательная, речевая, теоретическая и психологическая).

5. Методика разработки и написания развернутого плана - конспекта урока по физкультуре. Форма плана-конспекта урока физической культуры.

6. Задачи, средства, формы организации учебной деятельности и методика проведения урока физической культуры.

7. Характеристика современных программ по физической культуре для учащихся I -XI классов, их структура и содержание.

8. Планирование учебной работы по физической культуре в школе. Требования к планированию. Характеристика и методика разработки документов планирования (годовой план график, четвертной план, план – конспект урока)

9. Педагогический контроль над проведением уроков физической культуры в школе, его назначение, виды и характеристика (хронометрирование, пульсометрия, педагогическое тестирование, педагогическое наблюдение и анализ урока).

10. Оценка и учет успеваемости по физической культуре. Формы учета (предварительный, текущий, итоговый). Требования к оценке успеваемости.

11. Физическая культура школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья: задачи, средства, формы, содержание учебного материала и особенности методики.

12. Физкультурно–оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня школьников: значение, задачи, формы и особенности организации.

13. Внеклассная работа по физическому воспитанию в школе: значение, задачи, формы (групповые и массовые) и особенности организации. Требования к организации внеклассной работы.

14. Планирование внеклассной работы по физической культуре в школе и характеристика основных ее документов.

15. Внешкольная работа по физической культуре: значение, задачи, формы и особенности организации. Физическое воспитание школьников в семье.

16. Физкультурно-спортивная работа в детских оздоровительных лагерях отдыха: значение, задачи, формы и методика организации.

17. Физическая культура учащихся профессиональных училищ и средних специальных учебных заведений (значение, задачи, формы организации и методика

проведения).

18. Физическая культура студенческой молодежи (значение, задачи, формы организации и методика проведения).

19. Физическая культура в жизни людей среднего и пожилого возраста (значение, задачи, средства, формы и особенности методики).

20. Составить комплекс гимнастики до начала учебных занятий.

21. Составить сокращенный план-конспект проведения одного занятия в группе ОФП.

22. Составить сокращенный план-конспект проведения одного занятия в спортивной секции в школе (вид спорта и класс – по выбору).

23. Составить программу «Веселых стартов» для учащихся начальных классов.

24. Составить программу проведения «Дня здоровья».

25. Составить программу проведения «Праздника физической культуры» или «Спортивного вечера».

26. Составить план физкультурно–спортивной работы на одну смену (18 дней) в детском оздоровительном лагере.

27. Составить комплекс общелагерной утренней зарядки для детей, отдыхающих в детском оздоровительном лагере.

28. Оформить заявку на участие в спортивных соревнованиях от команды школы (вуза, предприятия).

29. Составить календарный план физкультурно-спортивной работы для любого образовательного учреждения или производственного коллектива.

30. Составить положение о лично – командном первенстве школы (вуза, колледжа, предприятия) по легкоатлетическому кроссу в зачет круглогодичной Спартакиады.

31. Составить положение о спортивных соревнованиях на первенство школы (колледжа, вуза, предприятия) по одному из игровых видов спорта (волейболу, баскетболу, футболу, хоккею с шайбой).

32. Составить расписание работы спортивных секций.

33. Составить сокращенный план – конспект проведения тренировочного занятия в спортивной секции (возраст и вид спорта по выбору)

34. Составить комплекс вводной гимнастики для одной из профессий (профессия – по собственному выбору).

35. Составить сокращенный план-конспект одного занятия в группе оздоровительного бега (или плавания, бега на лыжах, ходьбы, аэробики) для лиц среднего возраста (36 – 55 лет, женщины).

36. Составить сокращенный план-конспект одного занятия в группе оздоровительного бега (или плавания, бега на лыжах, ходьбы, закаливания) для лиц пожилого возраста (55 - 75 лет).

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620> (дата обращения: 01.07.2025).

4.2. Дополнительная литература

1. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебник для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565149> (дата обращения: 01.07.2025).
2. Теория и история физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие по специальности 49.02.01 Физическая культура / Н. А. Иванов, А. Г. Левицкий, О. В. Авдеева. — Казань: Бук, 2024 — 68 с. — Текст: непосредственный. ISBN 978-5-907839-70-0. /74302.html (дата обращения: 30.06.2025). - Режим доступа: в свободном доступе.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. — 7-е изд. - Москва: Издательство «Спорт», 2020. - 344 с. - ISBN 978-5-906132-50-5. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/98646.html> (дата обращения: 30.05.2025). - Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб.заведений. -2-е изд.,исир.идоп. - М.: Издательский центр «Академия», 2003 - 4S0 с. ISBN 5-7695-0853-1 (дата обращения: 30.06.2025). - Режим доступа: в свободном доступе

У.ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	www.school.edu.ru	Российский общеобразовательный портал	Свободный доступ

У.СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС)	Регистрация через любой университетский
----	---	---------------------------------------	---

		Университетская библиотека онлайн	компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	http://www.e.lanbook.com	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Издательства «Лань»	Свободный доступ
3.	нэб.рф	Национальная электронная библиотека	Доступ предоставляется только в рамках организованного электронного читального зала с терминалов, установленных на территории Научной библиотеки ЕГУ (ул. Коммунаров, д. 28): читальный зал, ауд. 305 б; центр электронной информации, ауд. 406 а ЕГУ (ул.

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудитории, укомплектованной специализированной мебелью, в том числе стационарными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

