ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ
S/N: 16E774D691E6E8BB43B90C453EDF6726
Владелец: Исстанова Марина Вячеславовна
Должность: И.о. директора Филиала
E-mail: pedagogkmv@sspi.ru
Организация: Филиал СГПИ в г. Железноводске
Дата подписания: 31.05.2024
Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2025

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной
и научной работе
_____ Т.А. Пономаренко
«28» мая 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА Б1.О.06.02

(*наименование учебной дисциплины*)

Уровень основной профессиональной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль(и)) «Физическая культура»

Форма обучения заочная

Срок освоения ОПОП 4г. 6 м.

Год начала обучения 2020

Заведующий кафедрой _____/М.Н. Арутюнян/

Декан факультета _____/Э.С.Таболова/

Железноводск, 2024 г.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с учебным планом по соответствующей образовательной программе

Автор (ы)-разработчик (и) Ярлыкова Ольга Васильевна, доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

ФИО, должность, ученая степень, звание

«Согласовано»
Заведующий выпускающей кафедрой
АрутюнянМ.Н.,
кандидат философ.наук

ФИО, ученая степень, звание, подпись

«28» мая 2024 г.

«Согласовано»
И.о. заведующего
библиотекой
Клименко А.В.

ФИО, подпись

«28» мая 2024 г.

Содержание

1. Цель и задачи, дисциплины 4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы 4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.....4
4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы……....5
5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий.....6
6. Контроль качества освоения дисциплины……..9
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины……..…..11
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы 11
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины 15
Приложения……..……16

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Теория физической культуры и спорта» является формирование знаний, умений и навыков в области теории физического воспитания и спорта, формирование готовности к применению знаний, умений и навыков в практической деятельности обучающихся.

Задачи дисциплины:

- изучение истории создания системы физического воспитания в России;
- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной подготовки и проведения уроков физической культуры.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория физической культуры и спорта» относится к обязательной части Блока 1, Модулю 6 «Предметно-методический модуль».

Для освоения учебного материала по дисциплине используются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Физическая культура и спорт», «Основы медицинских знаний".

Знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: Методика спортивной тренировки, а также для прохождения учебной и производственной практик, подготовки к государственной итоговой аттестации.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные компетенции		
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Применяет комплексы физических упражнений для оздоровительных целей.
	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Применяет диагностики, для определения уровня развития физической подготовленности.
	УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	Составляет комплексы упражнений с учетом возрастных особенностей и воздействия на функциональные и двигательные системы организма, укрепляя здоровье.
	УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических	Подбирает и выполняет специальные упражнения для избранного вида спорта.

	упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	
Общепрофессиональные компетенции		
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержанием, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	Уметь использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц 216 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			3	4
Контактные часы	**Всего:**	**23,8**	**10,3**	**13,5**
	Лекции (Лек)	8	4	4
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр/Сем)	12	6	6
	Лабораторные занятия (Лаб)			
	Индивидуальные занятия (ИЗ)			
Промежуточная аттестация	Зачет, зачет с оценкой, экзамен (КПА)	0,8	0,3	0,5
	Консультация к экзамену (Конс)	2		2
	Курсовая работа (Кр)			1
Самостоятельная работа студентов (СР)		183,7	97,7	86
Подготовка к экзамену (Контроль)				
Вид промежуточной аттестации		8,5		8,5
Общая трудоемкость (по плану)		**216**	**108**	**108**

5. Содержание дисциплины по разделам (темам) и видам занятий

Наименование раздела (темы) дисциплины	Лекции	Практические занятия (в т.ч. семинары)	Лабораторные занятия	СРС	Всего	Планируемые результата обучения	Формы текущего контроля
Семестр 3							
Раздел 1. Система физического воспитания в Российской Федерации	2			15	17	УК-7 ОПК-3	Собеседование реферат
Тема 1. Система физического воспитания. Тема 2. Организационные формы и условия функционирования системы физического воспитания. Тема 3. Значение общих принципов в системе физического воспитания.							
Раздел 2. Формирование личности в процессе физического воспитания				20	20	УК-7 ОПК-3	Реферат, презентация
Тема 1. Взаимосвязь физического, нравственного и идейно-политического воспитания Тема 2. Специфические и общепедагогические средства и методы, используемые в сфере физического воспитания							
Раздел 3. Средства и методы физического воспитания	2	2		28,7	32,7	УК-7 ОПК-3	Собеседования
Тема 1. Физические упражнения – основное специфическое средство физического воспитания. Оздоравливающие силы природной среды и гигиенические факторы как средства (условия) физического воспитания. Тема 2. Методы обучения: словесные наглядные, практические							
Раздел 4. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания		2		17	19	УК-7 ОПК-3	Собеседование
Тема 1. Иерархия принципов в системе физического воспитания. Соотношение общепедагогических принципов и принципов методики физического воспитания.							
Раздел 5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям		2		17	19	УК-7 ОПК-3	Презентация
Тема 1. Двигательные действия как предмет обучения, двигательные умения и навыки. Основы формирования							

двигательного навыка, особенности состава средств и методов на каждом этапе.							
Форма промежуточной аттестации (зачет).					0,3	УК-7 ОПК-3	
Всего за семестр:	**4**	**6**		**97.7**	**108**		
Семестр 4							
Раздел 6. Основы развития физических качеств. Основы методики воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты	2	2		15	19	УК-7 ОПК-3	Презентация
Тема 1. Физические качества человека. Развитие и воспитание физических качеств. Воспитание выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силовых способностей. Тема 2. Критерии и способы оценки физических качеств, используемых в практике физического воспитания. Тема 3. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания собственно силовых способностей. Тема 4. Контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей.							
Раздел 7. Физическое воспитание детей и учащейся молодежи	2	2		20	24	УК-7 ОПК-3	Собеседование
Тема 1. Формы построения занятий в физическом воспитании. Тема 2. Способы распределения материала и организации деятельности занимающихся на уроке физических упражнений Тема 3. Правила нормирования и регулирования нагрузки на уроках. Педагогический анализ и оценка урока. Тема 4. Внеурочны формы занятий в физическом воспитании. Средства и методики физического воспитания в системе воспитания. Тема 5. Физическое воспитание детей школьного возраста. Особенности задач физического воспитания в младшем, среднем и старшем школьном возрасте. Краткая характеристика типичных средств физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Тема 6. Урок – основная организационно-методическая форма физического воспитания в школе.							

Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры							
Раздел 8. Планирование и контроль в физическом воспитании				15	15	УК-7 ОПК-3	Презентация
Тема 1. Планирование учебной деятельности по физической культуре. Методическая последовательность планирования. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании. Тема 2. Контроль в физическом воспитании. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании. Методы контроля.							
Раздел 9. Оздоровительно-рекреативная и реабилитационная физическая культура		2		8	10	УК-7 ОПК-3	Презентация
Тема 1. Оздоровительная направленность системы физического воспитания. Тема 2. Методические правила построения оздоровительной тренировки. Способы регламентации нагрузки. Характеристика средств специальной оздоровительной направленности. Тема 3. Контроль за состоянием здоровья и физической подготовленностью занимающихся.							
Раздел 10. Основы спортивной тренировки				16	16	УК-7 ОПК-3	Презентация
Тема 1. Цель и задачи спортивной тренировки. Основные специфические средства спортивной тренировки. Тема 2. Методы спортивной тренировки. Методы, направленные преимущественно на освоение спортивной техники и на воспитание физических качеств. Тема 3. Принципы спортивной тренировки. Тема 4. Основные стороны спортивной тренировки. Тема 5. Активный и пассивный отдых в процессе занятий физическими упражнениями. Тема 6. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Этапы							

многолетней подготовки. Тема 7. Комплексный контроль в спорте как единство тренерского, врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена. Контроль за физической, технической, тактической подготовленностью. Учет в процессе спортивной тренировки. Тема 8. Спортивный отбор. Спортивная ориентация в выборе спортивной специализации. Этапы и методы спортивного отбора							
Форма промежуточной аттестации (экзамен).					0,5	УК-7 ОПК-3	
Консультация					2		
Подготовка к экзамену, если предусмотрен УП					8,5		
Курсовая работа				12	1		
Всего за семестр:	**4**	**6**		**86**	**108**		
Итого:	**8**	**12**		**183,7**	**216**		

Планы проведения учебных занятий отражены в методических материалах (Приложение 1).

6. Контроль качества освоения дисциплины

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	**сформирована частично**	**сформирована в целом**	**сформирована полностью**
«Не зачтено»	**«Зачтено»**		
«Неудовлетворительно»	**«Удовлетворительно»**	**«Хорошо»**	**«Отлично»**
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе,	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;

на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания.	программного материала; - твердые знания теоретического материала. -способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Полный комплект методических документов размещен на ЭИОС Филиала СГПИ в г. Железноводске.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками, нормативными документами, архивными и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка сообщения (реферата); собеседование; презентации; выполнение индивидуальных заданий; подготовка к практическим занятиям и др.; подготовка к зачету, экзамену.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература:

1. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515146
2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515859
1.

Дополнительная литература:

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для академического бакалавриата / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16390-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/530929
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514804
3. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519864
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514967
5. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/514559
6. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/511502

7. Бахтина, Т.Н. Физическая культура: учебное пособие. [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т.Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова. — Электрон. дан. — СПб. : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/45580
8. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05600-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/493684
9. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура. [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон. дан. — М. : ФЛИНТА, 2012. — 424 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/60707
10. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С. П. Евсеев. — 2-е изд., стер. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 616 с. — ISBN 978-5-907225-56-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165141
11. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/74503
12. Пагиев В.Б. ,Арутюнян М.Н., Карапетов Г.И.,Федотова Т.Д.,Левикин А.Е. Физическая культура: методы преподавания и организации учебно- тренировочного процесса Учебное пособие / Под общей редакцией В.Б.Пагиева, Пятигорск: Рекламно-информационное агенство на КМВ, 2019.- 244 с.

13. Клеменчук, С.П., Сляднева, Л.Н., Сляднев , А.А. Телесно-пластическая направленность физического воспитания девочек подросткового возраста: монография / Клеменчук, С.П., Сляднева, Л,Н., Сляднев , А.А. . – Ставрополь: Ставролит, 2017.- 180 с

14. Сляднева, Л.Н. Теоретические основы телесной пластики. - Ставрополь: изд-во СГПИ, 2006.- 274 с.

15. Гимнастика: рабочая тетрадь для студентов / авт.- сост. О.В. Ярлыкова. .- Ставрополь : изд-во «Тимченко О.Г.». 2022.- 55 с

16. Селезнев А.И. Основы обучения гимнастике на уроках физической культуры в средних общеобразовательных учреждениях: Учебное пособие.- 2-е изд. перераб. – Ставрополь: Изд-во СГУ, 2003.- 164 с.

17. Магомедов, Р.Р., Голякова, Н.Н., Голяков, О.А. Фитбол-аэробика и степ-аэробика : учебно-методическое пособие / Р.Р. Магомедов, Н.Н. Голяков, О.А. Голяков; Ставропольский гос, пед. ин-т; под общей ред., проф., Р.Р. Магомедова. – Ставрополь: Ставролит, 2009.- 176 с.

18. Лёгкая атлетика в элективной дисциплине по физической культуре и спорту: учебно-методическое пособие / Р.Р. Магомедов, Н.В. Махновская, А.В. Агеев, А.М. Дауров. – Ставрополь: АГРУС Ставропольского гос. аг-рарного ун-та, 2019.-164 с.

19. Актуальные проблемы подготовки педагогических кадров в сфере физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры: сборник статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции / под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. Р.Р. Магомедова; М-во образования Ставропольского края, Филиал СГПИ в г. Ессентуки.- Ставрополь : изд-во «Тимченко О.Г.». 2023.- 516 с.

Периодические издания:

1. Научно-теоретический журнал: Теория и практика физической культуры и спорта

Электронные библиотечные системы

№ п/п	Наименование	Адрес сайта
1.	ЭБС «Юрайт»	www.urait.ru
2.	ЭБС «Юрайт» (раздел «Легендарные книги»)	www.urait.ru
3.	Электронно-библиотечная система «Лань»	http://e.lanbook.com/

Электронные образовательные ресурсы

№ п/п	**Наименование**	**Адрес сайта**
1.	ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
2.	Научная электронная библиотека	https://elibrary.ru
3.	Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
4.	Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
5.	Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
6.	Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru
7.	Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru
8.	Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
9.	Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
10.	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
11.	Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru
12.	Цифровая образовательная платформа «Media» (LECTA), ГК «Просвещение»	https://media.prosv.ru/

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя. По заявке устанавливается мобильный комплект (ноутбук, проектор, экран, колонки).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование оснащено комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Пакеты программного обеспечения общего назначения (возможны следующие

варианты:«МойОфис», «MicrosoftOffice»,«LibreOffice»,«ApacheOpenOffice»).

2. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиа контент PDF-файлов «Sumatra PDF Reader», «AdobeAcrobatReaderDC».

3. Приложение, позволяющее сканировать и распознавать текстовые документы (возможны следующие варианты: «ABBYYFineReader», «WinScan2PDF»).

4. Программа – файловый архиватор (возможны следующие варианты: «7-zip»,«WinRAR»).

5. Программадляорганизацииипроведениятестирования(возможнысследующиеварианты:«Айрен»,«MytestX»).

6. Программа просмотра интернет -контента (браузер)(возможен следующий вариант:«Yandex»).

Приложение 1

Методические материалы по дисциплине «Теория физической культуры и спорта»

1. Планы практических занятий и методические рекомендации

Практическое занятие 1.

Раздел 1. Система физического воспитания в Российской Федерации.
Изучить систему физического воспитания в РФ. Дать определения.

Раздел 3.Средства и методы физического воспитания
Физические упражнения – основное специфическое средство физического воспитания.
Оздоравливающие силы природной среды и гигиенические факторы как средства физического воспитания.
Методы обучения: словесные наглядные, практические

Раздел 4. Общеметадическое и специфические принципы физического воспитания.
Иерархия принципов в системе физического воспитания. Соотнести общепедагогические принципы с принципами методики физического воспитания.

Раздел 5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям
Дать определение двигательные умения и двигательный навык.
Основы формирования двигательного навыка, особенности состава средств и методов на каждом этапе.

Раздел 6.Основы развития физических качеств. Основы методики воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты
Виды тестов для мониторинга физического развития
Тесты для определения скоростных качеств.
Тесты для определения силовых качеств.
Тесты для определения ловкости и координационных способностей.
Тесты для определения выносливости.
Методика хронометража

Раздел 7. Физическое воспитание детей и учащейся молодежи
Формы построения занятий в физическом воспитании.
Способы распределения материала и организации деятельности занимающихся на уроке физических упражнений
Внеурочны формы занятий в физическом воспитании.
Средства и методики физического воспитания в системе воспитания.
Урок – основная организационно-методическая форма физического воспитания в школе.

Критерии оценки:
оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо»выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если он продемонстрировал достаточно полное *знание* материала; продемонстрировал *знание* основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно изложил материал; продемонстрировал *умение* ориентироваться в литературе по проблематике дисциплины; *умеет* сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу
- оценка «не зачтено» выставляется в случае незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу

Мозговой штурм

Тема: Основы развития физических качеств. Основы методики воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты

1.Назвать основные физические качества.
2. Дать определение физическому качеству быстрота.
3. Назвать физические упражнения, развивающие быстроту.
4. Назвать тесты, определяющие уровень развития физического качества быстрота.
5. Как определить выносливость спортсмена?
6. Какими упражнениями развивают выносливость?
7. Как определить, насколько хорошо развита выносливость?
8. Дать определение силовым способностям.
9. Назвать упражнения для развития пресса, спины, ног, рук.
10. Перечислить тесты, определяющие развитие силы.
11. Какими упражнениями можно развивать гибкость?
12. В какое время дня, время года гибкость выше?
13. Назвать упражнения для развития гибкости.
14. Перечислить тесты, определяющие гибкость.
15. Дать определение ловкости.
16. Назвать упражнения, игры, развивающие ловкость.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

3.1.4. Деловая игра

Тема: Средства и методы физического воспитания.

Назвать средства физического воспитания.

Охарактеризовать основные средства физического воспитания.

Как влияют физические упражнения на развитие физических качеств?

Какое воздействие оказывают естественные факторы на организм занимающихся во время занятий.

Назвать методы физического воспитания.

Охарактеризовать словесные методы физического воспитания.

Охарактеризовать наглядные методы обучения.

Охарактеризовать практические методы обучения

Тема: Основы теории и методики обучения двигательным действиям

Методика обучения упражнениям.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

Самостоятельная работа студентов

Наименование раздела (темы) учебной дисциплины	**Формы СРС**	**Форма оценочного средства**	**Всего часов**
Раздел 1.Система физического воспитания в Российской Федерации.	Реферирование литературных источников	Реферат	15
Раздел 2.Формирование личности в процессе физического воспитания.	Реферирование литературных источников	Реферат	20
Раздел 3.Средства и методы физического воспитания.	Реферирование литературных источников	Реферат	28,7
Раздел 4.Общеметодические и специфические принципы физического воспитания.	Реферирование литературных источников	Реферат	17

Раздел 5.Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	Реферирование литературных источников	Реферат	17
Раздел 6.Основы развития физических качеств. Основы методики воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты.	Реферирование литературных источников	Реферат	15
Раздел 7. Физическое воспитание детей и учащейся молодежи.	Реферирование литературных источников	Реферат	20
Раздел 8.Планирование и контроль в физическом воспитании	Реферирование литературных источников	Реферат	15
Раздел 9.Оздоровительно-рекреативная и реабилитационная физическая культура.	Реферирование литературных источников	Реферат	20
Раздел 10.Общая характеристика спорта. Основы спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки спортсмена. Основы построения процесса спортивной подготовки. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.	Реферирование литературных источников	Реферат	16
Итого			**183,7**

При необходимости (в соответствии с содержанием и спецификой дисциплины) для организации управляемой самостоятельной работы студентов, подготовки студентов к занятиям, проведения внутрисеместровой аттестации обучающихся и т.д. может использоваться электронная информационно-образовательная среда вуза и элементы электронного обучения (сайт ИОС СГПИ, облачные сервисы, онлайн-курсы (включая массовые открытые онлайн-курсы (МООК) и т.д.)

Приложение 2

Оценочные материалы по дисциплине
«Теория физической культуры и спорта»

1. 1.Оценочные материалы для текущего контроля
Вопросы для собеседования

Раздел 1.Система физического воспитания в Российской Федерации

Определение основных понятий в физической культуре.
Система физического воспитания.
Организационные формы и условия функционирования системы физического воспитания.
Значение общих принципов в системе физического воспитания.

Раздел 3.Средства и методы физического воспитания

Физические упражнения – основное специфическое средство физического воспитания.
Оздоравливающие силы природной среды
Гигиенические факторы как средства физического воспитания.
Методы обучения: словесные наглядные, практические

Раздел 4. **Общеметодические и специфические принципы физического воспитания**

Иерархия принципов в системе физического воспитания.
Соотношение общепедагогических принципов и принципов методики физического воспитания.

Раздел7. Физическое воспитание детей и учащейся молодежи

Формы построения занятий в физическом воспитании.
Способы распределения материала и организации деятельности занимающихся на уроке физических упражнений
Правила нормирования и регулирования нагрузки на уроках. Педагогический анализ и оценка урока.
Внеурочны формы занятий в физическом воспитании.
Средства и методики физического воспитания в системе воспитания.
Физическое воспитание детей школьного возраста.
Особенности задач физического воспитания в младшем, среднем и старшем школьном возрасте.
Краткая характеристика средств физического воспитания детей и молодежи школьного возраста.
Урок – основная организационно-методическая форма физического воспитания в школе.
Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если он продемонстрировал достаточно полное *знание* материала; продемонстрировал *знание* основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно изложил материал; продемонстрировал *умение* ориентироваться в литературе по проблематике дисциплины; *умеет* сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.
- оценка «не зачтено» выставляется в случае незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.

2. Примерные темы рефератов

1. Основы современной методики воспитания двигательно-координационных способностей.
2. Пути воспитания способности точно соблюдать и регулировать пространственную точность движений.
3. Методика воспитания способности к рациональному мышечному расслаблению.
4. Методика воспитания способности соблюдать и регулировать равновесие тела.
5. Основы современной методики воспитания собственно силовых способностей.
6. Основы современной методики воспитания скоростных способностей.
7. Основы современной методики воспитания скоростно-силовых способностей.
8. Методы воспитания комплексной выносливости.
9. Методы воспитания общей аэробной выносливости.
10. Методы воспитания выносливости специального типа (на примере избранного вида специфической выносливости).
11. Средства и методы направленного воздействия на гибкость тела.
12. Методика воспитания осанки.
13. Меры по оптимизации в процессе физического воспитания массы и объёмов звеньев тела.
14. Условия и пути направленного воздействия в процессе физического воспитания на нравственное сознание и поведение.
15. Воспитание волевых качеств личности в процессе физического воспитания.
16. Многообразие форм построения отдельных занятий в физическом воспитании и общие основы их структур.
17. Основные положения методики построения занятий урочного типа в физическом воспитании.
18. «Малые» и другие формы построения занятий неурочного типа в физкультурной практике.
19. «Круговая тренировка» как одна из эффективных организационно-методичеческих форм построения занятий физическими упражнениями.
20. Значение и методика регулирования общей и моторной плотности занятий физическими упражнениями.
21. Методика целесообразного обеспечения общей и специальной «разминки» в занятиях физическими упражнениями.
22. Современные подходы в технологии планирования (проектирования, программирования) процесса занятий физическими упражнениями.
23. Особенности технологии перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания.
24. Комплексный контроль процесса физического воспитания и самовоспитания.
25. Единство планирования и контроля процесса физического воспитания.

Презентации

Раздел 2. Формирование личности в процессе физического воспитания

Взаимосвязь физического, нравственного и идейно-политического воспитания
Специфические и общепедагогические средства и методы, используемые в сфере физического воспитания
Раздел 5. Основы теории и методики обучения двигательным действиям
Двигательные действия как предмет обучения, двигательные умения и навыки. Основы формирования двигательного навыка, особенности состава средств и методов на каждом этапе.
Раздел 6. Основы развития физических качеств. Основы методики воспитания силы, выносливости, гибкости, ловкости, быстроты.
Физические качества человека. Развитие и воспитание физических качеств.
Воспитание выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силовых способностей.
Критерии и способы оценки физических качеств, используемых в практике физического воспитания.
Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания собственно силовых способностей.
Контрольные упражнения для определения уровня развития физических способностей.
Раздел 8.Планирование и контроль в физическом воспитании
Планирование учебной деятельности по физической культуре. Методическая последовательность планирования. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании.
Контроль в физическом воспитании. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании. Методы контроля.
Раздел 9.Оздоровительно-рекреативная и реабилитационная физическая культура
Оздоровительная направленность системы физического воспитания. Методические правила построения оздоровительной тренировки. Способы регламентации нагрузки.
Характеристика средств специальной оздоровительной направленности. Контроль за состоянием здоровья и физической подготовленностью занимающихся.
Раздел 10. Общая характеристика спорта. Основы спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки спортсмена Основы построения процесса спортивной подготовки
Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки
Цель и задачи спортивной тренировки. Основные специфические средства спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Методы, направленные преимущественно на освоение спортивной техники и на воспитание физических качеств.
Принципы спортивной тренировки. Основные стороны спортивной тренировки.
Активный и пассивный отдых в процессе занятий физическими упражнениями.
Спортивная подготовка как многолетний процесс. Этапы многолетней подготовки.
Комплексный контроль в спорте как единство тренерского, врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена. Контроль за физической, технической, тактической подготовленностью. Учет в процессе спортивной тренировки.
Спортивный отбор. Спортивная ориентация в выборе спортивной специализации. Этапы и методы спортивного отбора
Критерии оценки:
Критериями оценки реферата могут выступить следующие моменты:
- в какой мере раскрывается актуальность темы;
- каков теоретический уровень суждений автора, как владеет он современными методологическими основами наук при освещении поставленных в реферате вопросов;
- соответствие структуры и содержания реферата плану;
- целостное, глубокое понимание вопросов темы или разрабатываемой проблемы;

- как удалось автору связать излагаемые в реферате вопросы теории с проблемами сегодняшнего дня, умение использовать теоретические источники и учебно-методическую литературу;
- достаточно ли проявлена автором самостоятельность в постановке вопросов, в трактовке их, есть ли в работе оригинальные мысли, свежие факты, описание лучшего опыта работы, конкретных примеров из практики, соответствующие рекомендации и предложения;
- излагается ли в реферате собственное понимание рассматриваемой проблемы, достаточна ли его аргументация;
- как оформлен реферат или доклад (объем, наличие плана, содержательность введения, полнота списка используемой литературы, наличие приложений, анализа опыта работы, схем, таблиц, диаграмм, планов, анкет и т.д.);
- имеет ли работа определенную ценность, чтобы рекомендовать ее в фонд учебных пособий по курсам.

Чаще всего реферат оценивается по 4-х балльной системе - «неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

2.Оценочные материалы для промежуточной аттестации

2.1. Примерный перечень вопросов для зачета.

1. Понятия «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическая культура», «спорт». Система физического воспитания и ее основы
2. Цель и задачи физического воспитания (специфические и общепедагогические).
3. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания.
4. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания:

- как осуществляется взаимосвязь физического воспитания с умственным?
- как осуществляется взаимосвязь физического воспитания с нравственным?
- как осуществляется взаимосвязь физического воспитания с эстетическим?
- как осуществляется взаимосвязь физического воспитания с трудовым?

5. Методы воспитания (традиционные – убеждения, упражнения, наглядный пример, поощрения, наказания; неформально-межличностные; тренингово-игровые; рефлексивные – самоанализ, переживание).
6. Средства физической культуры.
7. Содержание и форма физического упражнения.
8. Фазы техники физических упражнений. Основа, определяющее звено, детали техники.
9. Пространственные, пространственно-временные, временные, динамические характеристики движений.
10. Классификация физических упражнений.
11. Оздоровительные силы природы.
12. Гигиенические факторы.
13. Специфические методы физического воспитания.
14. Общепедагогические методы физического воспитания.
15. Методы обучения двигательным действиям.
16. Методы воспитания физических качеств.
17. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании.
18. Словесные методы и методы обеспечения наглядности в физическом воспитании.
19. Общеметодические принципы физического воспитания.
20. Специфические принципы физического воспитания.
21. Характеристика двигательного умения и двигательного навыка. Последовательность формирования двигательного навыка.
22. Закономерности формирования двигательного навыка.
23. Этапы процесса обучения и их задачи.

24. Сила как физическое качество. Средства и методы воспитания силы. Методики воспитания силовых способностей. Контрольные упражнения для определения уровня развития силовых способностей.
25. Скоростные способности человека. Средства и методы воспитания скоростных способностей. Методики воспитания скоростных способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
26. Выносливость и факторы ее определяющие. Средства методы воспитания выносливости. Методика воспитания выносливости. Воспитание специфических типов выносливости. Контрольные упражнения для определения уровня развития выносливости.
27. Гибкость. Виды гибкости. Средства и методы воспитания гибкости. Методика развития гибкости. Контрольные упражнения для определения уровня развития гибкости.
28. Двигательно-координационные способности, классификация и факторы, их определяющие. Средства воспитания координационных способностей. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей. Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений. Контрольные упражнения для определения уровня развития координационных способностей.
29. Силовые способности. Основные факторы, характеризующие их. Средства и основы методики воспитания отдельных видов силовых способностей в избранной физкультурно-спортивной деятельности.
30. Скоростные способности, факторы, лежащие в их основе. Особенности средств и методики воспитания скоростных способностей.

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если он продемонстрировал достаточно полное *знание* материала; продемонстрировал *знание* основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно изложил материал; продемонстрировал *умение* ориентироваться в литературе по проблематике дисциплины; *умеет* сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу
- оценка «не зачтено» выставляется в случае незнания значительной части программного материала; не владения понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу

2.3. Примерный перечень вопросов для экзамена

1. Понятие «физическая культура». Соотношение понятий «культура» и «физическая культура». Основные аспекты в понимании физической культуры (как род деятельности, как совокупность предметных ценностей и как персонифицированный результат деятельности).
2. Понятия, частично совпадающие и смежные с понятием «физическая культура»: «физкультурная деятельность, физкультурное движение», «спорт», «физическое воспитание» и «физическая подготовка»; «физическая подготовленность», «физическое развитие» (сжатый анализ и формулирование определившегося смысла этих понятий).
3. Специфические и общекультурные функции физической культуры и спорта в современном обществе.
4. Основные формы (виды и разновидности) физической культуры в современном обществе. Определяющие черты физической культуры в системах образования – воспитания, производительного труда, здравоохранения, сферах повседневного быта, отдыха и развлечений.

5. Понятие о «системе физической культуры», ее исходные основы (идейные, научно-прикладные, программно-нормативные, методические) и формы целостной организации в обществе.
6. Общие (главные) принципы ориентации системы физической культуры. Воплощение этих принципов в Отечественной системе физической культуры.
7. Цель и основные задачи, решаемые в физическом воспитании, их объективные основы. Аспекты и формы конкретизации задач.
8. Средства физического воспитания и их общая характеристика. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Классификация физических упражнений.
9. Техника физического упражнения. Отдельные (пространственные, временные, динамические) и комплексные (ритмические, качественные и т.д.) характеристики техники физических упражнений.
10. Эффекты упражнения. Зависимость эффекта упражнения от режима, методов, условий его воспроизведения (общее представление о характере этой зависимости).
11. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спортивной тренировки. Типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения физических упражнений и между занятиями.
12. Специфические методы физического воспитания и спортивной тренировки, их классификация и характеристика.
13. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании и спортивной тренировке. Определяющие черты этих методов, возможностей, предоставляемые ими и ограничения.
14. «Круговая тренировка» в физическом воспитании и спортивной тренировке. Методические варианты «круговой тренировки», направленные на комплексное воспитание физических качеств.
15. Общепедагогические и другие средства и методы в физическом воспитании. Особенности их применения в процессе занятий физическими упражнениями.
16. Естественно-средовые и гигиенические факторы в физическом воспитании и спортивной тренировке, основы методики их применения.
17. Общепедагогические (в том числе общедидактические) принципы физического воспитания. Основные правила, направления и пути реализации в физическом воспитании и спортивной тренировке этих принципов.
18. Принцип сознательности и активности. Основные требования к реализации в физическом воспитании этих принципов.
19. Специальные принципы построения физического воспитания и спортивной тренировки (общая характеристика).
20. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок и отдыха.
21. Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования их динамики в процессе тренировки.
22. Принцип циклического построения системы занятий. Главные положения принципа цикличности в организации спортивно-тренировочной и соревновательной деятельности.
23. Принцип возрастной адекватности многолетнего физического воспитания.
24. Обучение двигательным действиям как процесс целесообразного управления формированием двигательных умений и навыков, их отличительные черты. Закономерности переноса двигательных умений и навыков.
25. Этап начального разучивания двигательного действия (задачи, средства, методы, методика). Пути управления формированием ориентировочной основы нового двигательного действия, выделения «опорных точек».

26. Этап углубленного разучивания двигательного действия (задачи, средства, методы, методика). Соотношение на этом этапе методов, способствующих стабилизации и динамичности двигательных умений.
27. Этап результирующей отработки действия (задачи, средства, методы, методика). Пути обеспечения стабильности, надежности сформированного двигательного навыка.
28. Двигательно-координационные способности. Специфическая направленность, средства и основы методики воспитания координационных способностей и их компонентов (способности точно соблюдать и регулировать пространственные параметры движений, способности к рациональному мышечному расслаблению, способности поддерживать равновесие).
29. Силовые способности. Основные факторы, характеризующие их. Средства и основы методики воспитания отдельных видов силовых способностей в избранной физкультурно-спортивной деятельности.
30. Скоростные способности, факторы, лежащие в их основе. Особенности средств и методики воспитания скоростных способностей.
31. Скоростно-силовые способности. Особенности сочетания факторов, лежащих в их основе. Средства и методика воспитания скоростно-силовых способностей.
32. Выносливость как физическое качество, основные факторы выносливости. Средства и основы методики воспитания общей выносливости в избранной физкультурно-спортивной деятельности.
33. Отличительные черты методики воспитания специфической выносливости («силовой», «скоростной», «координационной», смешанного типа) в условиях специализации в избранном виде деятельности (спортивной, трудовой).
34. Средства и основные черты методики воспитания осанки. Правила нормирования нагрузок в упражнениях «на осанку» в период ее становления.
35. Средства и особенности методики направленного воздействия на развитие гибкости в процессе физического воспитания. Правила нормирования нагрузок в упражнениях, стимулирующих развитие гибкости.
36. Основы методики регулирования массы тела. Особенности методики физических упражнений, способствующей нормализации избыточной телесной массы. Средства и пути стимулирования роста мышечной массы.
37. Решающие факторы направленного формирования личности в процессе физического воспитания и спортивной тренировки. Личностные качества и собственно-воспитательные функции специалиста (педагога, преподавателя, тренера), его психологическая и педагогическая компетентность.
38. Пути нравственного воспитания в процессе физического воспитания и спортивной тренировки (задачи, средства, методы).
39. Основы методики построения урочных форм занятий в физическом воспитании. Основные характеристики структуры, распределение материала по частям занятия, моторная и общая плотность, динамика нагрузки и порядок чередования с интервалами отдыха.
40. Особенности форм занятий неурочного типа. Отличительные черты неурочных занятий в физическом воспитании («малые» и «крупные» формы). Типичные признаки, отличающие «малые» формы занятий физическими упражнениями от «крупных».
41. Планирование и контроль в физическом воспитании и спортивной тренировке. Особенности форм и операций перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании.

42. Профессионально-прикладные формы физической культуры. Средства, особенности методики и формы построения занятий в профессионально-прикладной физической подготовке.
43. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста (особенности задач, содержания и формы физического воспитания в яслях и детских садах).
44. Основы системы физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Физическая культура в общеобразовательной школе. Взаимосвязь урочных, внеклассных, внешкольных форм занятий. Факторы способствующие повышении активности школьников на уроках физической культуры.
45. Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи (особенности задач, содержания и построения вузовского курса физического воспитания).
46. Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся.
47. Физкультурно-кондиционная тренировка как вид физического воспитания людей зрелого, пожилого и старшего возраста. Характеристика физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма, принципы их выбора и нормирования, связанных с ними нагрузок.
48. Основные стороны и формы спортивного движения в обществе. Общедоступный («ординарный») спорт и спорт высших достижений («большой спорт»); особенности и взаимосвязь этих сторон спортивного движения.
49. Общая характеристика системы подготовки спортсмена и ее подсистем.
50. Типы микроциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
51. Типы мезоциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
52. Понятие «спортивная форма», «закономерности» соотношения фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Особенности построения тренировки в различные периоды большого тренировочного цикла (макроцикла).
53. Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы). Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса занятий спортом их примерные временные границы.
54. Спортивная ориентация и отбор для специализированной спортивной подготовки (общетеоретические и педагогические аспекты).
55. Методы научного познания, применяемые в исследованиях физической культуры. Источники получения фактических материалов, составляющих информационную основу в исследовании. По каким этапам развертывается исследование.
56. Проблема поддержания достигнутого уровня долговременной адаптации. Влияние на организм длительного снижения напряженности тренировочного процесса и продолжения напряженных тренировок после достижения индивидуально обусловленных границ адаптации к тренировочным воздействиям.
57. Комплексный контроль в подготовке спортсмена. Виды контроля.
58. Формы учета в процессе спортивной тренировки. Документы учета.
59. Спортивный отбор и спортивная ориентация. Этапы спортивного отбора.
60. Тренажеры, диагностическая и управляющая аппаратура в спортивной подготовке.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

2.4. Примерная тематика курсовых работ

1.Эстетическое воспитание на уроках физической культуры.
2. Роль физической культуры в содействии полноценному духовному развитию детей и подростков.
3. Физические упражнения как средство физического воспитания двигательных действий обучающихся.
4. Воспитание волевых качеств личности в процессе физического воспитания.
5. Применение нестандартного оборудования на уроках физической культуры для повышения двигательной активности занимающихся.
6. Роль физической культуры в духовном развитии школьников.
7. Применение подвижных игр в воспитание морально-волевых, нравственных качеств во внеурочной деятельности.

Критерии оценки:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он продемонстрировал полноту и глубину знаний в рамках тематики практической работы, знает основные термины, способен анализировать и синтезировать научную, методическую литературу по заявленной проблеме. Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач.

оценка «хорошо» выставляется студенту, который продемонстрировал полноту и глубину знаний по всем вопросам практической работы, логично излагает материал, умеет применить психолого-педагогические знания для решения конкретных проблем,

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, при наличии у него знаний основных категорий и понятий по изучаемой проблеме, умения достаточно грамотно изложить материал,

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не освоил основного содержания практической работы, не владеет знаниями по обязательной психолого-педагогической и методической литературе, не смог четко и грамотно изложить материал.

Лист изменений рабочей программы дисциплины

№ п\п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Утверждена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование «Физическая культура» № 121 от 22.02.2018 г.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 11 от 27 июня 2019 г.	27.06.2019 г.
2.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарный и социально-экономических дисциплин № 11 от 30 июня 2020 г.	30.06.2020 г.
3.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарный и социально-экономических дисциплин № 8 от 25 марта 2021 г.	25.03.2021 г.
4.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 05 мая 2022 г.	05.05.2022 г.
5.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 10 от 22 мая 2023 г.	22.05.2023 г.
6.	Актуализирована в части учебно-методического и информационного обеспечения в связи с продлением контракта с ЭБС и в части перечня основной и дополнительной литературы в связи с его изменением. Внесены изменения в титульный лист в части даты, номера протокола заседания кафедры.	Протокол заседания кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин № 11 от 28 мая 2024 г.	28.05.2024 г.