

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
доцент П.В. Левин


«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Уровень основной образовательной программы: **бакалавриат**

Направление подготовки: **44.03.01 Педагогическое образование**

Профиль: **Физическая культура**

Форма обучения: **очная**

Срок освоения ООП: **нормативный – 4 года**

Факультет: **физической культуры и спорта**

Кафедра: **ТМФВ и спортивных дисциплин**

Рязань 2019

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» являются формирование компетенций в области теории и методики физического воспитания учащихся школ, закономерности процесса обучения и воспитания, формирование здорового образа жизни учащейся молодежи.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Технологии оздоровительной физической культуры» относится к дисциплинам по выбору вариативной части блока Б1 - Б1.В.ДВ.16.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

История физической культуры
Анатомия
Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте
Возрастная и педагогическая психология
Педагогика

2.3. Перечень последующих дисциплин и модулей, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

- Основы здорового образа жизни;
- Основы лечебной физической культуры;
- Профессиональная ориентация в сфере физической культуры и спорта;
- Теория и методика физической культуры;
- Выпускная квалификационная работа.

2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся. 2. Возрастные особенности детей и подростков. 3. Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности. 2. Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью. 3. Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Технологией коррекции физической подготовленности и развития организма. 2. Основами физической подготовки различных категорий населения. 3. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.
2.	ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; 2. основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта; 3. средства и системы оздоровления, традиционные и нетрадиционные физкультурно-оздоровительные технологии. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-оздоровительную деятельность; 2. определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; 3. реализовывать задачи здоровьесбережения в процессе занятий физической культурой и спортом. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни; 2. различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; 3. способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта.

3.	ОПК-6	готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. Технологию определения медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся. 2. Методы коррекции медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся. 3. Формы, средства и методы физического воспитания учащихся 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения. 2. Составлять программу физической подготовки учащихся. 3. Выбирать и обосновывать методы физического воспитания учащихся 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны 2. Способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе физического воспитания 3. Навыками организации процесса психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни
4.	ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации. 2. Объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся. 3. Этапы и порядок обучения двигательным действиям. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Использовать в своей деятельности профессиональную лексику. 2. Применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп. 3. Создавать образовательную среду на занятии по физической культуре. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся. 2. Методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся. 3. Методами проведения контрольных тестов и принятия нормативов.

2.5. Карта компетенций дисциплины

Наименование дисциплины		Технологии физкультурно-спортивной деятельности			
Цели		формирование компетенций в области теории и методики физического воспитания учащихся школ, изучение закономерностей процесса обучения, физического воспитания и формирования здорового образа жизни учащейся молодежи			
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные компетенции					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся. 2. Возрастные особенности детей и подростков. 3. Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности. 2. Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью. 3. Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности. <p>Владеть:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технологией коррекции физической подготовленности и развития организма. 2. Основами физической подготовки различных категорий населения. 3. Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности 	Лекции Практические занятия Дискуссии СРС	Собеседование Реферат-презентация Контрольная работа Зачет	<p>Пороговый: знать основные термины и понятия в рамках изучаемой дисциплины.</p> <p>Повышенный: владеть умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни.</p>

Общепрофессиональные компетенции					
ОПК-2	способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса; 2. основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта; 3. средства и системы оздоровления, традиционные и нетрадиционные физкультурно-оздоровительные технологии. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-оздоровительную деятельность; 2. определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; 3. реализовывать задачи здоровьесбережения в процессе занятий физической культурой и спортом. <p>Владеть:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни; 2. различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности; 3. способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта. 	Лекции Практические занятия Дискуссии СРС	Собеседование Реферат-презентация Контрольная работа Зачет	<p>Пороговый:</p> <p>применять и трансформировать в соответствии с целями деятельности законы и принципы физкультурно-оздоровительной деятельности.</p> <p>Повышенный:</p> <p>владеть способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей физкультурно-спортивной среды учреждения, региона, области, страны.</p>
ОПК-6	готовность к обеспечению охраны жизни и	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технологию определения медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния 	Лекции Практические занятия	Собеседование Реферат-презентация	<p>Пороговый:</p> <p>планировать физкультурно-</p>

	здоровья обучающихся	<p>занимающихся.</p> <p>2. Методы коррекции медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся.</p> <p>3. Формы, средства и методы физического воспитания учащихся</p> <p>Уметь:</p> <p>1. Использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения.</p> <p>2. Составлять программу физической подготовки учащихся.</p> <p>3. Выбирать и обосновывать методы физического воспитания учащихся</p> <p>Владеть:</p> <p>1. Способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны</p> <p>2. Способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе физического воспитания</p> <p>3. Навыками организации процесса психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни</p>	<p>Дискуссии</p> <p>СРС</p>	<p>Контрольная работа</p> <p>Зачет</p>	<p>оздоровительную деятельность, согласно цели, задач, возрастного контингента образовательного учреждения</p> <p>Повышенный: знать основные дидактические закономерности технологии физкультурно-оздоровительной деятельности.</p>
Профессиональные компетенции					
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и	<p>Знать:</p> <p>1. Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации.</p> <p>2. Объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся.</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Дискуссии</p> <p>СРС</p>	<p>Собеседование</p> <p>Реферат-презентация</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Тестирование</p> <p>Зачет</p>	<p>Пороговый: использовать различные методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на организм учащихся.</p>

	<p>диагностики</p>	<p>3. Этапы и порядок обучения двигательным действиям.</p> <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Использовать в своей деятельности профессиональную лексику. 2. Применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп. 3. Создавать образовательную среду на занятии по физической культуре. <p>Владеть:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся. 2. Методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся. 3. Методами проведения контрольных тестов и принятия нормативов. 			<p><i>Повышенный:</i> владеть методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся</p>
--	--------------------	--	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр № 5 часов
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)		34	34
В том числе:			
Лекции (Л)		16	16
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)		18	18
Лабораторные работы (ЛР)		-	-
Самостоятельная работа студента (всего)		38	38
В том числе		-	-
СРС в семестре:		38	38
Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам		7	7
Подготовка к тестированию знаний фактического материала		7	7
Подготовка к защите рефератов		7	7
Подготовка к коллоквиуму		7	7
Подготовка доклада		7	7
Подготовка к зачету		3	3
СРС в период сессии:			
Вид промежуточной аттестации	Зачет	3	3
	Экзамен	-	-
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	72	72
	зач. ед.	2	2

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
5	1	Введение в теорию и методику физического воспитания и развития ребёнка	Теория и методика физического воспитания в системе высшего педагогического образования. Становление и развитие системы физического воспитания в России и за рубежом. Теория физического воспитания. Задачи и средства физического воспитания дошкольников и школьников. Основы обучения физическим действиям детей и подростков.
5	2	Технологии планирования и организации процесса физического воспитания	Формы организации процесса физического воспитания. Планирование работы по физическому воспитанию в ДОУ и СОШ. Организация работы по физическому воспитанию. Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях. Организация работы по физическому воспитанию в средних образовательных учреждениях. Современные направления и инновационные системы образования и развития детей и подростков.

2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ	СРС	всего	
5	1	Введение в теорию и методiku физического воспитания и развития ребёнка						
5	1.1	Теория и методика физического воспитания в системе педагогического образования.	1	-	1	2	4	1 неделя Собеседование
5	1.2	Становление и развитие системы физического воспитания в России и за рубежом.	1	-	1	2	4	2 неделя Собеседование
5	1.3	Теория физического воспитания.	2	-	2	6	10	3-4 неделя Доклад
5	1.4	Задачи и средства физического воспитания дошкольников и школьников.	2	-	2	2	6	5-6 неделя Собеседование
5	1.5	Основы обучения физическим действиям детей и подростков.	1	-	2	3	6	7-8 неделя Реферат
		Раздел дисциплины № 1	7	-	8	15	30	
5	2	Технологии воспитания физических способностей и формирования двигательных умений и навыков обучающихся						
5	2.1	Формы организации процесса физического воспитания.	1	-	1	2	4	9 неделя Собеседование
5	2.2	Планирование работы по физическому воспитанию в ДОУ и СОШ.	1	-	1	2	4	10 неделя Собеседование
5	2.3	Организация работы по физическому воспитанию.	1	-	2	6	9	11 неделя Коллоквиум
5	2.4	Организация работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях.	2	-	2	3	7	12-13 неделя Реферат
5	2.5	Организация работы по физическому воспитанию в средних образовательных учреждениях.	2	-	2	2	6	14-15 неделя Собеседование
5	2.6	Современные направления и инновационные системы образования и развития детей и подростков.	2	-	2	8	12	16-17 неделя Тестирование
		Раздел дисциплины № 2	9	-	10	23	42	
		ИТОГО за 5 семестр	16	-	18	38	72	Зачет

2.3. Лабораторный практикум - не предусмотрен.

2.4. Курсовые работы - не предусмотрены

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебного модуля	Виды СРС	Всего часов
5	1	Введение в теорию и методику физического воспитания и развития ребёнка	Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам.	3
			Подготовка к контрольной работе	3
			Подготовка к защите рефератов.	3
			Подготовка к коллоквиуму.	3
			Подготовка доклада.	3
			<i>Раздел дисциплины № 1</i>	15
5	2	Технологии планирования и организации процесса физического воспитания	Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам.	4
			Подготовка к контрольной работе	4
			Подготовка к защите рефератов.	4
			Подготовка к коллоквиуму.	4
			Подготовка доклада.	4
			Подготовка к зачету	3
			<i>Раздел дисциплины № 2</i>	23
ИТОГО в семестре				38

3.2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, выполнении индивидуальных домашних заданий обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия по основам теории и методики обучения предмету физическая культура в школе библиотеки университета, а также имеющиеся на кафедре ТМФВ и спортивных дисциплин.
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE».
- Периодические издания – журналы: Теория и практика физической культуры; Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, Спорт в школе.

Список рекомендуемой литературы для самостоятельной работы обучающихся

Основная литература

1. Железняк Ю.Д. Методика обучения физической культуре: учебник. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 256 с.
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»: учебное пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 272с.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 480 с.

Дополнительная литература

1. Алхасов, Д.С. Профессиональный модуль. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»: МДК «Методика обучения предмету физическая культура». Раздел : Уроки физической культуры в системе физического воспитания школьников (в таблицах и схемах) : методическое пособие / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 96 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-3729-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274974> (04.05.2016).
2. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие / под ред. Ю.Д. Железняка. - М.: Академия, 2003. - 384 с.
3. Коваль, Л.Н. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура»: учебно-методическое пособие / Л.Н. Коваль, А.В. Коваль. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 97 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4894-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426469> (04.05.2016).
4. Макеева, В.С. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / В.С. Макеева ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 132 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428644> (04.05.2016).

5. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366> (05.05.2016).

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. http://www.vniifk.ru/subpage_p_1.html
2. <http://www.fizkult-ura.ru/books/theory/28>
3. <http://www.mhealth.ru/form/sport/>
4. <http://www.sciencekids.co.nz/videos/sports.html>
5. <http://kinotub.net/videos/nauka-o-sporte-sport-science-1-seriya>
6. <http://kinotub.net/videos/nauka-o-sporte-sport-science-2-seriya-udary-i-stolknoveniya/>
7. <http://www.sportsscientists.com/2009/12/favourite-videos-of-2009.html>
8. <http://www.sportsscientists.com/2010/12/sports-videos-of-year.html>

Вопросы для самоконтроля:

Раздел 1.

1. Предмет и основные понятия теории физического воспитания.
2. Основные причины возникновения и развития физического воспитания.
3. Развитие систем физического воспитания в Европейских странах XIX века (Англия, Швеция, Германия, Франция, Чехия и др.).
4. Становление системы физического воспитания в России XIX - XX века.
5. П.Ф. Лесгафт - основоположник системы физического образования в России.
6. Развитие идей П.Ф. Лесгафта в трудах В.В. Гориневского и Л.И. Чулицкой.
7. Вклад Е.А. Аркина в разработку системы физического воспитания детей.
8. Современные исследования по физическому воспитанию дошкольников.
9. Цель и задачи физического воспитания детей в разных возрастных группах детского дошкольного учреждения.
10. Основные направления системы физического воспитания.
11. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка как научная и учебная дисциплина.
12. Связь теории физического воспитания с другими науками.
13. Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания и развития ребенка.
14. Методы исследования в теории и методике физического воспитания, их характеристика.

Раздел 2.

1. Специфика методов и приемов обучения физическим упражнениям детей младшего дошкольного возраста.
2. Особенности методов и приемов обучения физическим упражнениям детей старшего дошкольного возраста.
3. Развитие моторики ребенка раннего возраста.
4. Развитие моторики ребенка дошкольного возраста.
5. Методы и приемы обучения детей в разные периоды жизни.
6. Гимнастика и массаж с детьми первого года жизни.
7. Гимнастика как средство и метод физического воспитания.
8. Методика обучения детей ходьбе и определение сформированности ее навыков у детей дошкольного возраста.
9. Методика обучения детей бегу с учетом возраста и выявление степени сформированности двигательного навыка в беге.
10. Методика обучения детей бегу и прыжкам.
11. Методика обучения детей лазанью и преодолению препятствий.
12. Методика обучения детей метанию в разных возрастных группах и определение сформированности навыков метания.
13. Современные программы физического воспитания детей, их характеристика.

3.3.1. Примерная тематика рефератов

1. Плавание как средство подготовки детей 6 - 7 лет к обучению в школе.
2. Стрейчинговые упражнения в работе с детьми по развитию гибкости.
3. Циклические упражнения в работе с детьми для развития выносливости.
4. Элементы хатха-йоги в работе с детьми.
5. Особенности физического воспитания детей с ослабленным здоровьем.
6. Формирование представлений о своих двигательных способностях у детей и подростков.
7. Эффективность применения круговой тренировки на занятиях и уроках по физической культуре.
8. Совершенствование содержания средств и методов физического воспитания детей и подростков с учетом их функциональных возможностей.
9. Преемственность в работе детского сада и начальной школы по формированию здоровья детей.
10. Использование ритмической гимнастики в детском саду и младших классах.
11. Кружковая работа с детьми как средство формирования здоровья детей.
12. Учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и его реализации в работе современного образовательного учреждения.
13. Влияние подвижных игр с мячом на психофизическое и умственное развитие ребенка.
14. Совершенствование техники бега детей.

15. Русские народные подвижные игры в учебном процессе.
16. Педагогические проблемы физической подготовки детей к школе в детском саду.
17. Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе занятий физическими упражнениями.
18. Формирование элементов самовоспитания в различных формах физической деятельности.
19. Индивидуально-дифференцированный подход к детям при формировании у них положительного отношения к физической культуре.
20. Воспитание нравственно-эстетических чувств на занятиях физической культуры.
21. Воспитание интереса к природе и родному краю средствами туризма.
22. Физическая подготовка детей к школе.
23. Воспитание нравственно-волевых качеств человека в процессе занятий физическими упражнениями.
24. Альтернативные программы физического воспитания.
25. Роль физических упражнений в предупреждении заболеваний и укреплении здоровья детей.
26. Методика обучения физическим упражнениям (на примере одного из видов).

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по организации самостоятельной работы студентов

В результате освоения курса, студент должен иметь большой запас знаний: формы, средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья; способность эффективно решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся.

Умение использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

Самостоятельная работа студентов требует специальных умений:

- умение составлять разумный режим работы;
- умение работать над информацией (составлять план текста, оформлять конспекты, тезисы, цитаты, выписки, находить справочные сведения, выделять главную мысль);
- умение производить основные мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение и т.д.;
- умение работать в библиотеке, пользоваться каталогами;
- написание рефератов, курсовых работ, дипломных работ;
- умение преодолевать внутренние и внешние трудности.

Для самостоятельной работы большое значение имеет компьютерное обучение. Важным этапом является и организация контроля знаний. Это

собеседование, контрольные проверки и др.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине.

Рейтинговая система в университете не используется.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Автор(ы)	Год и место издания	Используется при изучении разделов	С е с с и я	Количество экземпляров	
						В библиотеке	На кафедре
1.	Методика обучения физической культуре [Текст]: учебник	Железняк Ю.Д.	Москва: Академия, 2013.	1,2	6	15	-
2.	Теория и методика обучения предмету «Физическая культура»	Железняк Ю.Д.	Москва: Академия, 2008.	1,2	6	12	-
3.	Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе	Холодов Ж.К.	Москва: Академия, 2014.	1,2	6	10+10	-

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Автор(ы)	Год и место издания	Используется при изучении разделов	С е м е с т р	Количество экземпляров	
						В библиотеке	На кафедре
1.	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование.	Железняк Ю.Д.	Москва: Академия 2003.	1,2	6	4	-
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни студента	Веленский М.В.	Москва: КноРус, 2012	1,2	6	17	-

3.	Информационные технологии в физической культуре и спорте	Петров П.К.	М.: Академия, 2008.	1, 2	6	11	
4.	Практикум по информационным технологиям в физической культуре и спорте	Петров П.К.	М.: Академия, 2008.	1, 2	6	11	
ЭБС «Университетская библиотека online»							
5.	Физическая культура: компетентностный подход	Манжелей И.В.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015	1, 2	6	Электр. ресурс	-
6.	Педагогическое применение мультимедиа средств	Гафурова Н.В.	Красноярск : Сиб фед ун-рситет, 2015.	1, 2	6	Электр. ресурс	-
7.	Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	Алхасов Д.С.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2014	1, 2	6	Электр. ресурс	-
8.	Теория и методика физической культуры	Макеева В.С.	Орел: МАБИВ, 2014	1, 2	6	Электр. ресурс	-
9.	Инновационные технологии педагогической деятельности	Мандель Б.Р.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016.	1, 2	6	Электр. ресурс	-
10.	Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура»	Коваль Л.Н.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015	1, 2	6	Электр. ресурс	-
11.	Актуальные проблемы физической культуры и спорта.	Сборник научно-мет. трудов	Москва: Прометей, 2013	1, 2, 3	6	Электр. ресурс	-

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. Портал электронной библиотеки - <http://www.ihtik.lib.ru/>
2. Электронная библиотека студента «КнигаФонд» - <http://www.knigafund.ru/>
3. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru>
4. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru>
5. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru>
6. Официальный сайт Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма - <http://www.sportedu.ru/>

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций – видеопроектор, экран настенный. Два компьютерных класса.

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию: отсутствует.

6.4. Требования к программному обеспечению учебного процесса: отсутствуют.

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (физическая культура, физическое воспитание, урок физической культуры, формы организации физического воспитания детей, дозирование физической нагрузки на уроке, подготовка педагога к уроку, планирование учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»).
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (Холодов, Ж., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического

	воспитания и спорта [Текст]: Учеб. пособие / Холодов, Ж., Кузнецов В.С. – М.: Академия, 2012), прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	<i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.
2. Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.
3. Интерактивное общение с помощью Skype.
4. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая

7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

11. Иные Сведения

Приложение 1.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Введение в теорию и методику физического воспитания и развития ребёнка	ОК-8, ОПК-2, ОПК-6, ПК-2.	Зачет
2.	Технологии планирования и организации процесса физического воспитания	ОК-8, ОПК-2, ОПК-6, ПК-2.	Зачет

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать	
		Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся.	ОК8 31
		Возрастные особенности детей и подростков.	ОК8 32
		Меры дозирования физической нагрузки в процессе занятия.	ОК8 33
		уметь	
		Применять методические навыки для решения конкретных задач, возникающих в процессе физкультурной деятельности.	ОК8 У1
		Организовывать физическую культуру обучающихся с оздоровительной направленностью.	ОК8 У2
		Применять эвристические методы решения задач профессиональной деятельности.	ОК8 У3
		владеть	
	Технологией коррекции физической подготовленности и	ОК8 В1	

		развития организма.	
		Основами физ подготовки разных категорий населения.	ОК8 В2
		Средствами физкультурно-оздоровительной деятельности.	ОК8 В3
ОПК-2	способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	знать	
		способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса	ОПК2 31
		основные положения управленческих наук, организационные основы сферы физической культуры и спорта	ОПК2 32
		средства и системы оздоровления	ОПК2 33
		уметь	
		определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-оздоровительную деятельность	ОПК2 У1
		определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития	ОПК2 У2
		реализовывать задачи здоровьесбережения в процессе занятий физической культурой и спортом	ОПК2 У3
		владеть	
		умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни	ОПК2 В1
различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности	ОПК2 В2		

		способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта	ОПК2 В3
ОПК-6	готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	знать	
		технологии определения медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся	ОПК6 31
		методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся	ОПК6 32
		формы, средства и методы физического воспитания учащихся	ОПК6 33
		уметь	
		использовать в профессиональной деятельности конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические умения	ОПК6 У1
		составлять программу физической подготовки учащихся	ОПК6 У2
		выбирать и обосновывать методы физического воспитания учащихся	ОПК6 У3
		владеть	
		способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения	ОПК6 В1
		Способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе физического воспитания	ОПК6 В2
		навыками организации	ОПК6 В3

		процесса психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни	
ПК-2	способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	знать	
		Технологию физической подготовки обучающихся с учетом возрастной периодизации	ПК2 31
		объективные возможности средств физической культуры и спорта для самосовершенствования личности и воспитания учащихся	ПК2 32
		этапы и порядок обучения двигательным действиям	ПК2 33
		уметь	
		использовать в своей деятельности профессиональную лексику	ПК2 У1
		применять технологию диагностирования учащихся различных возрастных групп	ПК2 У2
		создавать образовательную среду на занятии по физической культуре	ПК2 У3
		владеть	
		методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях учащихся	ПК2 В1
		методами диагностики с целью определения уровня физической подготовленности учащихся с учетом сенситивных периодов	ПК2 В2
		методами проведения контрольных тестов и принятия нормативов	ПК2В3

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
(ЗАЧЕТ)

№	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «метод», «методика», «методический прием», «методический подход», «методическое направление».	ОК1 31 ОК1 32 ОК1 33 ОК1 У3
2	Характеристика основных понятий дисциплины «ТФСД»: «технологии», «педагогические технологии».	ОК1 31 ОК1 33 ПК2 В2
3	Принципы построения занятий в физкультурно-спортивной деятельности.	ОК1 32 ОК1 У1 ОК1 У3 ПК2 У2
4	Характеристика понятия «физическое упражнение». Факторы, определяющие воздействие физических упражнений.	ОК1 31 ОК1 33 ПК2 В2
5	Классификации физических упражнений.	ОПК2 33 ОПК2 У3 ПК2 32 ПК2 У2
6	Техника физического упражнения. Основы и детали техники.	ОПК2 У2 ОПК6 В2
7	Содержание технической подготовки в физкультурно-спортивной деятельности.	ОПК6 У1 ОПК6 В2
8	Принципы обучения двигательным действиям.	ОПК2 У1 ОПК6 У1 ПК2 В1
9	Методы обучения двигательным действиям.	ОПК2 32 ОК8 32
10	Использование игрового и соревновательного методов в процессе обучения двигательным действиям.	ОК8 32 ОПК6 У1 ПК2 У1
11	Уровни овладения двигательными действиями.	ОПК2 В2 ОПК6 В1 ПК2 33
12	Двигательное умение. Его признаки.	ОПК2 В3 ОПК6 В1 ПК2 33
13	Двигательный навык. Его признаки.	ОПК2 В3 ОПК6 В1 ПК2 33
14	Перенос в процессе обучения двигательным действиям.	ОПК2 У2 ОПК6 У1 ПК2 33
15	Этапы обучения двигательным действиям.	ОПК2 У1 ОПК6 У2 ПК2 33
16	Методы, направленные на освоение техники двигательных действий	ОПК6 У1 ОПК6 У2
17	Методы, способствующие воспитанию двигательных способностей	ОПК2 В3 ОПК6 У2 ПК2 В1
18	Периодизация тренировочного процесса.	ОПК2 В2 ОПК6 У1
19	Дать определение понятиям «Спортивная	ОПК6 У3 ОПК6 В1 ОПК6 В2 ПК2 В1

	форма» и «Высшая спортивная форма». Фазы становления спортивной формы.	
20	Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура	ОПК2 У2 ОПК6 33 ПК2 В2
21	Микроцикл. Его характеристика и разновидности.	ОПК6 33 ОПК6 У2
22	Мезоцикл. Его характеристика и разновидности.	ОПК6 33 ОПК6 У2
23	Макроцикл. Его характеристика.	ОПК6 33 ОПК6 У2
24	Определение физических (двигательных) качеств человека.	ОПК2 В2 ОК8 В2 ОК8 В3
25	Сила как физическое качество. Формы проявления силовых способностей.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3 ПК2 В3
26	Средства и методы развития силы.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3
27	Понятие быстроты. Формы ее проявления.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3
28	Средства и методы развития быстроты.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3 ПК2 В3
29	Понятие о выносливости. Формы ее проявления.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3 ПК2 В3
30	Средства и методы развития выносливости.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3
31	Гибкость как физическое качество. Формы ее проявления.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3 ПК2 В3
32	Средства и методы развития гибкости.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3
33	Ловкость как физическое качество. Формы ее проявления.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3 ПК2 В3
34	Средства и методы развития ловкости.	ОК8 31 ОК8 В2 ОК8 В3
35	Средства и формы контроля за уровнем развития физических качеств	ОК8 33 ОПК6 31 ОПК6 32
36	Содержание физической подготовки в физкультурно-спортивной деятельности.	ОК8 В1 ОПК6 У3
37	Содержание теоретической и психологической подготовки в физкультурно-спортивной деятельности.	ОК8 32 ОК8 У3 ПК2 У1
38	Классификации видов спорта. Подходы к группированию видов спорта в технологиях физкультурно-спортивной деятельности.	ОК8 В1 ОПК6 У2 ПК2 У3
39	Характеристика спортивных игр как базового вида физкультурно-спортивной деятельности, их специфические признаки.	ОПК6 У2 ПК2 32 ПК2 У3
40	Особенности организации и проведения соревнований по спортивным играм.	ОК8 У3 ОПК6 У3 ПК2 У1 ПК2 У3
41	Технологии планирования учебно-	ОК8 У1 ОПК6 У2 ПК2 В3

	тренировочной деятельности.	
42	Формы учебно-тренировочной деятельности.	ОПК2 В1 ОПК6 У3 ПК2 З1
43	Периодизация учебно-тренировочной деятельности.	ОК8 З3 ОК8 В1 ПК2 З1
44	Текущее и перспективное планирование в физкультурно-спортивной деятельности.	ОК8 У3 ПК2 З1 ПК2 У2
45	Формы и средства педагогического контроля.	ОК8 З3 ОПК6 З1 ОПК6 З2
46	Формы и средства медико-биологического контроля.	ОК8 З3 ОПК6 З1 ОПК6 З2
47	Аэробика как вид ТФСД. История возникновения и развития.	ОК8 У2 ОК8 В1 ОПК6 В3 ПК2 У3
48	Структура и содержание занятий аэробикой.	ОК8 У2 ОПК6 В3 ПК2 У2
49	Методика организации и проведения спортивных праздников и фестивалей	ОПК2 В1 ОК8 У1 ОК8 У2 ОПК6 В3
50	Подвижные игры, включающие бег, прыжки, метание.	ОПК2 В1 ОК8 У1 ОПК6 В3 ПК2 У3 ПК2 В3

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются «зачтено», «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

Зачтено - соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки,

нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Незачтено - выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.