Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по образовательной
и международной деятельности
_____ / А.А. Кирсанкин /
«____»_____ 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Формы обучения: заочная

Курган 2025

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта» составлена в соответствии с учебным планом по программе бакалавриата Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура), для заочной формы обучения, утвержденным 27 июня 2025 года.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» 28 августа 2025 года, протокол № 1.

Рабочую программу составил
докт. биол. наук, профессор А.В. Речкалов

Согласовано:

Заведующий кафедрой
канд. биол. наук, доцент Д.А. Корюкин

Начальник управления
образовательной деятельности
И.В. Григоренко

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 11 зачетных единиц трудоемкости (396 академических часов)

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр	
		6	7
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	**22**	**6**	**16**
Лекции	10	2	8
Практические занятия	12	4	8
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**374**	**174**	**200**
Подготовка к зачету	18	18	
Подготовка к экзамену	27		27
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	293	156	137
Подготовка курсовой работы	36		36
Вид промежуточной аттестации	**Зачет, экзамен, курсовая работа**	**зачет**	**экзамен, курсовая работа**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**396**	**180**	**216**

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «Теория и методика физической культуры и спорта» (ТиМФКС) относится к обязательным дисциплинам учебного плана, Блок 1. Курсу отводится ведущая роль в решении сложной проблемы обеспечить формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре. Это определяется следующими обстоятельствами.

Во-первых, фундаментальным характером профессионально-ориентированных знаний, умений и навыков, составляющих основу для всех профилирующих учебных дисциплин учебного плана; во-вторых, интегрирующей ролью ТиМФКС в структуре учебных дисциплин по освоению технологии профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

Занятия по ТиМФКС призваны обеспечить углубленное теоретическое изучение основ физической культуры и спорта, а также привить студентам умения практической реализации основных его положений в образовательных учреждениях различных типов и видов, в физкультурно-оздоровительных и реабилитационных центрах.

Курс ТиМФКС тесно связан с учебными дисциплинами психолого-педагогического и медико-биологического циклов, интегрируя профессионально значимую информацию в процесс профессиональной подготовки специалистов по физической культуре.

Особое место ТиМФКС занимает в формировании у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре посредством тесного взаимодействия с дисциплинами предметного цикла.

Не менее важной является связь ТиМФКС с педагогическими и производственными практиками, так как именно на практике реализуются теоретические и методические положения ТиМФКС и других специальных дисциплин.

Результаты обучения по дисциплине необходимы для выполнения выпускной квалификационной работы в части медико-биологического сопровождения физической реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов разных категорий.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Целью изучения дисциплины является обучение знаниям и умениям по рациональной организации и проведению занятий физической культурой и спортом.

Задачами дисциплины являются:

- ознакомление с теоретическими основами адаптации к занятиям физической культурой и спортом;
- обучение составлению типовых и индивидуальных программ физической тренировки и оздоровительных видов двигательной активности;
- овладение методикой контроля и самоконтроля за функциональным состоянием в процессе занятий физической культурой и спортом, оценка эффективности физической тренировки среди занимающихся разных возрастных групп.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся (ОПК-13);
- способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности (ОПК-16)

Индикаторы и дескрипторы части соответствующей компетенции, формируемой в процессе изучения дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта», оцениваются при помощи оценочных средств.

Планируемые результаты обучения по дисциплине «Теория и методика физической культуры и спорта», индикаторы достижения компетенции ОПК-13,16 перечень оценочных средств

№ п/п	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Код планируемого результата обучения	Планируемые результаты обучения	Наименование оценочных средств
1.	ИД-1$_{ОПК-13}$	Знать: теорию и методику обучения основным видам физических упражнений основы тренировки в избранном виде спорта	З (ИД-1 $_{ОПК-13}$)	Знает: классификацию физических упражнений и методов формирования двигательных навыков и физических способностей	Вопросы теста Вопросы для сдачи зачета, экзамена Курсовая работа
2.	ИД-2 $_{ОПК-13}$	Уметь: планировать занятия урочной и внеуроч-ной форм обучения. Требования СанПиН	У (ИД-2 $_{ОПК-13}$)	Умеет: планировать уроки и другие формы обучения, с учетом санитарно-гигиенических основ физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей	Вопросы теста Вопросы для сдачи зачета, экзамена Курсовая работа
3.	ИД-3 $_{ОПК-13}$	Владеть: приемами организации работы обучающихся на занятиях по физической культуре и спорту	В (ИД-4 $_{ОПК-13}$)	Владеет: методикой составления план-конспекта занятия по физической культуре с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена Курсовая работа
4.	ИД-1 $_{ОПК-16}$	Знать: принципы работы современных информационных технологий	З (ИД-4 $_{ОПК-16}$)	Знает: основные требования к информационному обеспечению профессиональной деятельности	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена Курсовая работа
5.	ИД-2 $_{ОПК-16}$	Уметь: применять технические и информационно-коммуникационные средства обучения	У (ИД-5 $_{ОПК-16}$)	Умеет: применять в профессиональной деятельности современные методы и приемы ИКТ (аудио визуальные средства, тренажеры, микропроцессорную технику и др.)	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена Курсовая работа
6.	ИД-3 $_{ОПК-16}$	Владеть: средствами и методами обучения с использованием информационно-коммуникативных технологий	В (ИД-6 $_{ОПК-1,3}$)	Владеет: методикой проведения занятий с использованием ИКТ	Вопросы теста Вопросы для сдачи экзамена Курсовая работа

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план

Заочная форма обучения

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
		Лекции	Практические занятия
Семестр 6			
1	Методы формирования физической культуры личности	2	4
Семестр 7			
2	Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков	2	2
3	Общая характеристика физических способностей	2	2
4	Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями	2	2
5	Теоретико-методологические основы спортивной тренировки	2	2
	Всего:	**10**	**12**

4.2. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Методы формирования физической культуры личности

Характеристика методов в физическом воспитании. Исходные понятия: метод, методический прием, методика, методический подход, методическое направление. Современные представления о классификации методов, общие требования к их выбору. Методы, направленные на приобретение знаний. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитияе физических способностей. Методы интегрального воздействия совмещенные, сопряженные. Структура построения практических методов. Нагрузка и отдых как компоненты процесса упражнения. Классификация нагрузок.

Тема 2. Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков

Понятие «обучение в физическом воспитании». Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию.

1 этап обучения. Задача, характерные методы обучения. Характеристика двигательного умения, его признаки. Классификация двигательных ошибок и причины их появления. Меры, способы предупреждения и исправления

двигательных ошибок. Виды повторений отдельных движений и действий в целом.

2 этап обучения. Задача, характерные методы обучения. Характеристика двигательного умения, его признаки. Классификация двигательных ошибок и причин.

3 этап обучения. Задача, характерные методы обучения. Характеристика двигательного навыка, его признаки. Постепенность и неравномерность формирования навыка.

4 этап обучения применению навыков в различных условиях. Умение высшего порядка. Характерные признаки и разновидности умений высшего порядка. Виды повторений отдельных движений и действий в целом. Разрушение двигательных навыков.

Тема 3. Общая характеристика физических способностей

Понятие о физических способностях, основные формы их прояления. Классификация двигательных качеств, их характеристика. Общие закономерности в развитии двигательных способностей учащихся (этапность, неравномерность, гетерохронность, обратимость, перенос физических способностей). Принципы развития физических способностей. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным (интегральным) воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.

Тема 4. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями

Понятие о планировании, его виды и содержание. Понятие контроля и учета. Требования к контролю и учету. Виды, содержание и основы методики контроля и учета. Документы контроля и учета.

Тема 5. Теоретико-методологические основы спортивной тренировки

Цель, задачи и характерные черты спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Общие и специальные принципы спортивной тренировки. Основы построения спортивной тренировки. Микроциклы, мезоциклы и макроциклы спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки спортсмена.

4.3. Практические занятия

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
6 семестр			

1	Методы формирования физической культуры личности	Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей.	4
7 семетр			
2	Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков	Этапность обучения отдельному двигательному действию. Задачи, характерные методы обучения. Характеристика двигательного умения, его признаки. Классификация двигательных ошибок и причин. Характеристика двигательного навыка, его признаки. Постепенность и неравномерность формирования навыка.	2
3	Общая характеристика физических способностей	Методы исследования и оценки физических способностей: силы, выносливости, быстроты, гибкости, двигательно-координационных способностей.	2
4	Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями	Перспективное четвертное и годовое планирование занятий по физической культуре в учебном заведении. Анализ урока физической культуры в общеобразовательной школе. Протокол хронометрирования и пульсометрии урока физичекой культуры. Оперативный контроль на уроке по физической культуре. Контроль физической подготовленности занимающихся	2
5	Теоретико-методологические основы спортивной тренировки	Основы построения спортивной тренировки. Микроциклы, мезоциклы и макроциклы спортивной тренировки. Структура многолетней подготовки спортсмена.	2
		Всего:	**12**

4.4. Курсовая работа

Курсовая работа посвящена изучению основных теоретических и практических вопросов учебной дисциплины в соответствии с основными разделами рабочей программы и должна быть подготовлена согласно методическим рекомендациям, указанным в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Примерный перечень тем курсовых работ

1. Военно-патриотическое воспитание в процессе физического воспитания и занятий спортом.
2. Достижение оптимальной плотности на уроках физической культуры и приемы ее регулирования.
3. Физическая подготовленность городских школьников.
4. Физическая подготовленность сельских школьников.

5. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры при изучении различных разделов школьной программы (гимнастика, л/атлетика, лыжная подготовка, спортивные и подвижные игры).

6. Домашнее задание в процессе физического воспитания школьников (в условиях общеобразовательной школы).

7. Планирование учебной работы по физической культуре в школе (разработка и изготовление учебной документации по различным разделам школьных программ, составление фрагментов авторских программ и программ в целом).

8. Использование нестандартного оборудования на уроках физической культуры.

9. Школьные физкультурные праздники (нестандартные формы проведения).

10. Индивидуальный подход к учащимся при обучении двигательным действиям на уроках физической культуры в школе.

11. Сюжетно-ролевые уроки по физической культуре в начальных классах.

12. Обобщение передового опыта работы учителей Курганской области.

13. Способы определения уровня усвоения двигательных действий на уроках физической культуры.

14. Формирование знаний по физической культуре у школьников в процессе занятий спортом.

15. Методы стимулирования поведения учащихся на уроках физической культуры.

16. Педагогическое творчество учителя на уроках физической культуры.

17. Диагностика готовности специалиста по физической культуре и спорту к профессиональной деятельности.

18. Экзамен по физической культуре в школе – организация и содержание.

19. Новые виды физической активности женщин.

20. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста.

21. Развитие и совершенствование физических качеств с применением тренажеров.

22. Особенности применения различных способов управления занимающимися в различных ситуациях на уроке с младшими школьниками (среднее звено, старшеклассники).

23. Организация деятельности коммерческих спортивных организаций.

24. Организация деятельности некоммерческих спортивных организаций.

25. Анализ затруднений в педагогической деятельности начинающих учителей физической культуры.

26. Нравственное воспитание в процессе физического воспитания.

27. Умственное воспитание в процессе физического воспитания.

28. Эстетическое воспитание в процессе физического воспитание.

29. Использование элементов аэробики в разных частях урока по гимнастике.

30. Использование предметных регуляторов при обучении двигательным действиям.

31. Методы строго регламентированного упражнения и их классификация.

32. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании.

33. Нравственное и трудовое воспитание в процессе физического воспитания.

34. Обучение движениям (методика поэтапного формирования двигательных действий).

35. Природные и гигиенические факторы как средство физического воспитания и методика их применения.

36. Планирование и контроль в физическом воспитании.

37. Инновационные направления в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.

38. Физическое воспитание детей дошкольного возраста в семье.

39. Формирование знаний у учащихся начальных классов на уроках физической культуры.

40. Использование предметных регуляторов при обучении двигательным действиям.

41. Формирование и контроль знаний у детей старшего школьного возраста по дисциплине «Физическая культура».

42. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.

43. Сравнительный анализ программ по физической культуре для учащихся младших, средних и старших классов (по выбору).

44. Анализ затруднений в педагогической деятельности начинающих учителей физической культуры.

45. Методика физического воспитания в средних специальных учебных заведениях.

46. Методика физического воспитания в высших учебных заведениях.

47. Здоровый образ жизни и физическая культура студентов.

48. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

49. Спортивные соревнования в школе (нестандартное проведение).

50. Оценка воздействий нагрузок собственно соревновательного упражнения на организм юных спортсменов разного возраста и квалификации.

51. Прогнозирование спортивных достижений у юных спортсменов на основании отдельных модельных характеристик.

52. Пути приобщения к спорту учащихся.

53. Здоровый образ жизни и физическая культура (различные возрастные группы).

54. Спорт высших достижений (спорт и допинг, спорт и травматизм).

55. Современный спорт и гуманизм.
56. Олимпизм и современность.
57. Спорт как фактор социально-психологической реабилитации инвалидов.
58. Психология спортивного соревнования.
59. Средства и методы (методика) воспитания гибкости.
60. Средства и методы (методика) воспитания скоростных способностей.
61. Средства и методы (методика) воспитания выносливости.
62. Средства и методы (методика) воспитания силы.
63. Средства и методы (методика) воспитания ловкости (координации) у спортсменов занимающихся различными видами спорта и различной квалификации.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний студенту рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Самостоятельно определить объем времени, необходимого для проработки каждой темы.

2. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.

3. Согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины.

4. По завершении отдельных тем передавать выполненные работы (рефераты, эссе) преподавателю. При успешном прохождении рубежных контрольных испытаний студент может претендовать на сокращение программы промежуточной (итоговой) аттестации по дисциплине.

На лекциях преподаватель дает общую характеристику рассматриваемого вопроса, различные научные концепции или позиции, которые есть по данной теме. Во время лекции рекомендуется составлять конспект, фиксирующий основные положения лекции и ключевые определения по пройденной теме. Преподавателем запланировано использование при чтении лекций технологии учебной дискуссии. Поэтому рекомендуется фиксировать для себя интересные моменты с целью их активного обсуждения на дискуссии в конце лекции.

При подготовке к практическим занятиям обязательно требуется изучение дополнительной литературы по теме занятия. Преподавателем запланировано применение на практических занятиях технологий развивающейся кооперации, коллективного взаимодействия, разбора конкретных ситуаций. Поэтому приветствуется групповой метод выполнения

лабораторных работ и защиты отчетов, а также взаимооценка и обсуждение результатов выполнения лабораторных работ.

Часть практических занятий выполняется с использованием таких программных продуктов, как Pascal и Microsoft Office Excel. Рекомендуется повторить навыки использования указанных программ.

Для теоретического и практического усвоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа студентов, которая может осуществляться студентами индивидуально и под руководством преподавателя. Самостоятельная работа студентов предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку студентов к каждому семинарскому и практическому занятию. Самостоятельная работа студентов является важной формой образовательного процесса. Она реализуется непосредственно в процессе аудиторных занятий, в контакте с преподавателем вне рамок расписания, а также в библиотеке, дома, при выполнении студентом учебных и творческих задач. Цель самостоятельной работы студентов - научить студента осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, заложить основы самоорганизации и самовоспитания с тем, чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

Самостоятельная работа должна соответствовать графику прохождения программы дисциплины. Самостоятельная работа по дисциплине «Теория и методика физической культуры» включает:

а) работу с первоисточниками;

б) подготовку устного выступления на практическом занятии;

в) подготовку к занятию в интерактивной форме;

г) работу с тестовыми заданиями;

д) подготовку выступлений на студенческих конференциях, для конкурсов студенческих работ;

е) подготовку к текущему, рубежному контролю и промежуточной аттестации по дисциплине.

При изучении каждой дисциплины организация самостоятельной работы студентов должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Аудиторная самостоятельная работа может реализовываться при проведении практических занятий, семинаров, выполнении лабораторного практикума и во время чтения лекций. На практических и семинарских занятиях различные виды самостоятельной работы позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части студентов в группе. Для проведения занятий необходимо иметь большой банк заданий и задач для самостоятельного решения, причем эти

задания могут быть дифференцированы по степени сложности. Виды внеаудиторной самостоятельной работы студентов разнообразны: подготовка и написание рефератов, докладов, очерков и других письменных работ на заданные темы; выполнение домашних заданий разнообразного характера, подбор и изучение литературных источников; разработка и составление различных схем, выполнение графических работ, проведение расчетов и др.; выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие у студентов самостоятельности и инициативы.

Индивидуальное задание может получать как каждый студент, так и часть студентов группы; подготовка к участию в научно-теоретических конференциях, смотрах, олимпиадах и др. На каждом этапе самостоятельной работы следует разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.	
	6 семестр	7 семестр
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	152	127
1. Методы формирования физической культуры личности:		
1.1. Характеристика методов в физическом воспитании. Понятия: метод, методический прием, методика, методический подход, методическое направление.	38	
1.2. Методы, направленные на приобретение знаний.	38	
1.3. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками.	38	
1.4. Методы, направленные на совершенствование физических способностей.	38	
2. Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков		30
3. Общая характеристика физических способностей		30
4. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями		32
5. Теоретико-методологические основы спортивной тренировки		35
Подготовка к практическим занятиям (по 2 часа на каждое занятие)	4	10

Подготовка к зачету	18	
Выполнение курсовой работы		36
Подготовка к экзамену		27
Всего:	174	200

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Отчеты студентов по практическим занятиям.
2. Примерный перечень тем курсовых работ.
3. Банк тестовых заданий к зачету.
4. Банк тестовых заданий к экзамену.

6.2. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Зачетный тест состоит из 20 вопросов. Для сдачи зачета необходимо правильно ответить минимум на 12 вопросов (60%) . Время, отводимое студенту на выполнение теста, составляет 1 астрономический час. Варианты тестов к зачету приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Экзаменационный тест состоит из 30 вопросов. Для сдачи экзамена с оценкой «отлично» необходимо правильно ответить на 27 вопросов и более (90% и более правильных ответов), «хорошо» - на 22 вопроса и «удовлетворительно» - на 18 вопросов. Время, отводимое студенту на экзаменационный тест, составляет 1 астрономический час. Варианты экзаменационных тестов приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Результаты текущего контроля успеваемости, зачета и экзамена заносятся преподавателем в зачетную (экзаменационную) ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день экзамена, а также выставляются в зачетную книжку студента.

Курсовая работа

Курсовая работа оценивается по 4-балльной шкале (отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно).

Оценка «отлично»: курсовая работа должна соответствовать следующим критериям:

– во введении указаны актуальность, цель и задачи, предмет и объект, новизна и значимость, методологическая база;

– тема проекта раскрыта полностью: рассмотрены основные тезисы и определения, методики и правила, теории, в практическом разделе присутствуют выводы и аргументация позиции автора;

– оформление соответствует установленным в ВУЗе требованиям;

– работа прошла проверку на плагиат;

– в заключении подтверждается актуальность и значимость исследования, делаются основные выводы о проделанной работе, сопоставляется изначально поставленная цель и полученные результаты, присутствуют обоснованные умозаключения автора. Допускаются незначительные ошибки, которые не отражаются на качестве и результатах исследования. К мелким погрешностям относят небольшие «запинки» во время выступления, мелкие нарушения в оформлении (пара ошибок в тексте или ссылках и пр.) и пр.

Оценка «хорошо»:

– студент максимально учел требования ГОСТ, но при этом в работе присутствуют мелкие погрешности в оформительной части;

– тема раскрыта полностью, материал изложен в научном стиле; Не исключены небольшие неточности в формулировках предложений;

– выводы автора аргументированы, но слишком сжаты;

– введение и заключение не противоречат друг другу, но имеются некоторые недостатки:

– слабо подтверждается актуальность, проблема поставлена слишком размыто и пр.

– работа прошла проверку на плагиат.

Оценка «удовлетворительно»:

– в работе содержатся явные нарушения основных требований (ГОСТов и методических рекомендаций).

– во введении отсутствует один или несколько обязательных элементов (актуальность, значимость, новизна, методология и пр.);

– в основной части наблюдается несвязность текста, неаргументированные выводы, по большей части пересказ чужих идей без их конкретного анализа, нарушения стиль изложения текста и пр.

– в оформлении работы присутствуют грубые ошибки;

– требования к плагиату соблюдены.

– оценка «3» будет выставлена студенту, если работа соответствует установленным требованиям хотя бы на 60-70%.

Оценка «неудовлетворительно»:

– работа содержит явные нарушения: несоответствие структуры и содержания, грубые нарушения в оформлении (несоблюдение ГОСТов и методических рекомендаций) и правил изложении текста,

– тема раскрыта не полностью,

– выводы не аргументированы,

– требования к плагиату не выполнены.

6.3. Примерный перечень вопросов к зачету

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина.

2. Сравнительная характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная

реабилитация», «физическое совершенство» их связь и специфические стороны.

3. Методы научного исследования в области физической культуры.

4. Структура физической культуры как вида культуры, ее основные функции (общие и специфические).

5. Специфические особенности и структурные компоненты педагогического процесса при формировании физической культуры личности.

6. Цель и задачи физкультурного образования.

7. Общие принципы формирования физической культуры личности.

8. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.

9. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.

10. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения).

11. Пространственные и пространственно-временные характеристики техники движений, их педагогическое значение.

12. Временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение.

13. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.

14. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.

15. Классификация методов формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.

16. Характеристика методов формирования физической культуры личности.

17. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

18. Метод равномерного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

19. Метод переменного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

20. Метод повторного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

21. Метод интервального упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

22. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).

23. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.

24. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.

25. Характеристика методов слова, особенности их использования при занятиях физическими упражнениями.

26. Методы обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.

6.4. Банк тестовых заданий к зачету

1. Как называется процесс самодеятельного формирования двигательных навыков и физических способностей

а) двигательная реабилитация

б) неспециальное физкультурное образование

в) адаптивная физическая культура

2. Что включает в себя образование в сфере физической культуры и спорта

а) спортивную тренировку

б) профессионально-прикладное физкультурное образование

в) базовое физкультурное образование

3. Как называется вид физической культуры, направленный на использование физических упражнений для активного отдыха

а) двигательная реабилитация

б) физическая рекреация

в) адаптивный спорт

4. Вид физической культуры направленный на восстановление или компенсацию утраченных двигательных способностей

а) адаптивный спорт

б) двигательная реабилитация

в) физическая рекреация

5. Физическое воспитание как вид физической культуры представляет собой

а) процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями

б) формирование двигательных умений

в) формирование физических способностей

6. Физическая подготовленность как вид неспециального физкультурного образования представляет собой

а) достижение наивысших спортивных результатов

б) развитие двигательных умений и навыков

в) формирование физических способностей

. Методами научного исследования в физической культуре являются

а) педагогическое наблюдение

б) педагогический эксперимент

в) тестирование

8. Какие из перечисленных функций физической культуры являются общекультурными

а) нормативная

б) ценностная

в) раскрытия функциональных резервов

9. Какие из перечисленных функций физической культуры являются специфическими

а) образовательная

б) коммуникативная

в) формирования надприродной телесности

10. Недостаточный уровень двигательной активности называется

а) гиперкинезия

б) гиподинамия

в) эукинезия

11. При помощи каких контрольных упражнений (тестов) можно оценить темп (частоту) движений

а) бег 100 м.

б) хронорефлексометрия

в) теппинг-тест

12. Какие физические способности являются основными:

а) силовые,

б) скоростные,

в) скоростно-силовые,

г) силовая выносливость

13. Какие факторы оказывают влияние на развитие физических способностей

а) средовые

б) информационные

в) наследственные

14. Какая закономерность обусловливает неодновременность развития физических способностей в онтогенезе называют

а) сенситивность

б) этапность

в) гетерохронность

15. При каком режиме двигательной деятельности создаются благоприятные условия для развития выносливости

а) при выполнении тренировки в фазу недовосстановления

б) при выполнении нагрузки в фазу суперкомпенсации

в) при выполнении упражнений на фоне полного восстановления

16. При каком режиме двигательной деятельности создаются благоприятные условия для развития силовых и скоростных способностей

а) при выполнении тренировки в фазу недовосстановления

б) при выполнении нагрузки в фазу суперкомпенсации

в) при выполнении упражнений на фоне полного восстановления

17. Укажите очередность снижения двигательных способностей при отсутствии тренировочных занятий:

а) силовые - скоростные – выносливость

б) скоростные – силовые – выносливость

в) выносливость - скоростные способности – силовые

18. Прекращение тренировки приводит к возвращению исходного уровня развития выносливости через:

а) 6 месяцев

б) 1 год

в) 2-3 года

19. В каком случае наблюдается положительный перенос при одновременном развитии двигательных способностей:

а) силовые способности и выносливость

б) силовые способности и скорость

в) координация и выносливость

20. Укажите рациональную последовательность развития двигательных способностей в рамках одного занятия

а) скоростные - силовые – выносливость

б) выносливость - силовые – скоростные

в) гибкость - выносливость - координация

6.5. Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
2. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
3. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
4. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
5. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
6. Принцип циклического построения системы занятий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
7. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.
8. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.

9. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).

10. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям.

11. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и устранения ошибок.

12. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация, закономерности развития).

13. Силовые способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

14. Скоростные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

15. Выносливость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

16. Координационные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

17. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).

18. Перенос физических способностей: понятие о переносе, его виды и значение.

19. Задачи, содержание и пути интеллектуального, нравственного и эстетического воспитания занимающихся физическими упражнениями.

20. Формы построения занятий физическими упражнениями и их типология.

21. Занятия урочного типа, их отличительные особенности, типы уроков.

22. Содержание и структура урочных занятий, их виды.

23. Понятие о планировании в физической культуре (назначение, методические требования, виды, содержание и документы).

25. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Требования к контролю, характеристика видов контроля.

25. Содержание, методика и формы педагогического контроля в физическом воспитании.

26. Понятие об учете, объекты учета, формы учета. Документы учета при контроле.

27. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста.

28. Задачи, особенности методики и формы занятий физическими упражнениями с дошкольниками.

29. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности.

30. Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе.

31. Классификационная характеристика форм занятий физическими упражнениями в школе.

32. Основное содержание учебного предмета «Физическая культура».

33. Характеристика системы планирования физического воспитания в школе.

34. Педагогический контроль физического воспитания в школе, его значение и содержание.

35. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (значение, задачи, средства, методические основы построения).

36. Физическая культура в период основной трудовой деятельности взрослого населения (значение, задачи, направленность, средства, методические особенности).

37. Физическая культура в жизни людей старшего и пожилого возраста (значение, задачи, направленность, особенности использование средств и методики).

38. Физическая культура студенческой молодежи (значение, цель, задачи, направленность, особенности организации и методики).

6.6. Банк тестовых заданий к экзамену

1 Вариант

1. Раскрытие функциональных резервов и адаптационных возможностей организма человека предполагает
   а) развитие экономизации функции
   б) повышение толерантности к физической нагрузке
   в) развитие физических способностей
2. Основным специфическим средством физической культуры личности является
   а) физические упражнения
   б) естественные природные факторы
   в) гигиенические факторы
3. Средствами формирования физической культуры личности являются
спорт
   а) физические упражнения
   б) естественные природные факторы
   в) гигиенические факторы
4. Как называются двигательные действия направленные на решение образовательных, воспитательных и развивающих задач
   а) методический прием
   б) методический подход
   в) физические упражнения
5. Эффект, возникающий в организма после нескольких занятий физическими упражнениями (тренировок) называется
   а) срочным
   б) отставленным
   в) кумулятивным
6. Энергетическая классификация физических упражнений предполагает их деление на
   а) силовые
   б) скоростные
   в) аэробные
   г) анаэробные
7. В зависимости от преимущественной направленности физических упражнений на развитие и совершенствование какой-либо способности выделяют
   а) силовые
   б) скоростные
   в) аэробно-анаэробные
8. К естественным природным факторам в физической культуре и спорте относят
   а) вибрацию
   б) укачивание
   в) ультрафиолетовое излучение

9. Какие физические упражнения называют аналитическими
а) лазанье
б) метания
в) плавание
г) гимнастические упражнения
10. К естественным физическим упражнениям относятся
а) гимнастические упражнения
б) бег
в) прыжки
11. Совокупность способов воздействия педагога на занимающихся, выбор которых обусловлен определенной научной концепцией, логикой организации и осуществления процесса обучения, воспитания и развития называется
а) методический подход
б) методический прием
в) методическое направление
12. К специфическим методам физического воспитания относятся
а) показ
б) объяснение
в) строго регламентированного упражнения
13. Какие методы в физическом воспитании называют общедидактическими
а) игровой
б) соревновательный
в) словесный
г) наглядный
14. Как называется метод, при котором учащимся для изучения двигательных умений и навыков используются видеоматериалы
а) непосредственная наглядность
б) направленного прочувствования двигательного действия
в) опосредованная наглядность
15. Разновидностями метода строго регламентированного упражнения являются
а) методы обучения двигательным действия
б) методы воспитания физических способностей
в) соревновательный
г) игровой
16. Методами обучения двигательным действиям являются
а) круговой
б) целостно-конструктивного упражнения
в) интервальный
г) расчлененно-конструктивного упражнения
17. Методами воспитания физических способностей являются
а) метод стандартного упражнения
б) метод переменного упражнения
в) круговой
г) сопряженного воздействия
18. Метод идеомоторной тренировки предполагает
а) показ физического упражнения
б) демонстрацию видеозаписей
в) создание мыслеобразов, сопровождающих выполнение данного упражнения
19. Какие методы являются универсальными для формирования двигательный навыков и физических способностей
а) стандартно-интервального упражнения
б) переменно-интервального упражнения
в) игровой
20. С какой целью в физическом воспитании применяются общепедагогические методы
а) формирование двигательных навыков
б) приобретение знаний
в) развитие физических способностей
21. К средним отягощениям при развитии силовых способностей относятся
а) 50-60% от максимума
б) 60-70% от максимума
в) 70-80% от максимума
22. Укажите метод развития силовых способностей, направленный на совершенствование силовой выносливости и рельефа мышц

а) метод максимальных усилий
б) метод непредельных усилий с нормированным количеством повторений
в) метод динамических усилий с максимальным количеством повторений
г) «ударный» метод

23. Укажите метод развития силовых способностей, направленный на одновременное увеличение силы и мышечной массы
а) метод максимальных усилий
б) метод непредельных усилий с нормированным количеством повторений
в) метод динамических усилий с максимальным количеством повторений
г) «ударный» метод

2. Укажите основные способы измерения силы
а) с помощью измерительных приборов
б) с помощью контрольных испытаний (тестов)
в) визуально
г) пальпаторно

25. Как называется прибор для измерения силы
а) спирометр
б) тонометр
в) динамометр
г) пневмотахометр

26. Какой из нижеуказанных тестов используется для оценки собственно силовых способностей
а) прыжок в длину с места
б) вис на согнутых руках
в) сгибание туловища из положения лежа на спине за 30 с.

27. Укажите элементарные проявления скоростных способностей
а) быстрота овладения незнакомыми двигательными действиями
б) быстрота двигательной реакции
в) темп движений

28. Какие мышечные волокна задействованы при выполнении скоростных движений
а) красные
б) белые
в) промежуточные

29. Укажите сенситивный период для развития скоростных способностей
а) 4-7 лет
б) 7-11 лет
в) 14-16 лет

30. Какие упражнения используют для комплексного развития скоростных возможностей
а) упражнения для развития быстроты реакции
б) упражнения на развитие скорости выполнения отдельных движений
в) упражнения на улучшение частоты движений

2 вариант

1. Двигательный навык как степень владения двигательным действием характеризуется
а) нестабильностью
б) автоматизмом
в) неустойчивостью
г) надежностью исполнения

2. Продолжительность перехода от умения до уровня навыка в процессе обучения зависят от
а) двигательной одаренности
б) координационной сложности упражнения
в) профессионального мастерства преподавателя;

3. Создание полноценного представления об изучаемом движении включает
а) зрительный образ двигательного действия
б) логический (смысловой) образ,
в) двигательный (кинестезический) образ

4. Двигательный (кинестетезический) образ физического упражнения формируется благодаря
а) опосредованному наблюдению
б) рассказу, объяснению
в) выполнению подводящих упражнений

5. Укажите фазы протекания нервных процессов при формировании двигательного навыка
а) мотивации
б) генерализации
в) специализации

г) автоматизации

6. Закон «плато» в развитии двигательного навыка представляет собой

а) неравномерность формирования навыка

б) задержку формирования навыка

в) угасание навыка

г) отсутствие предела в развитии навыка

7. Взаимодействие навыков, при котором ранее сформированный навык способствует, облегчает и ускоряет процесс становления нового навыка называется

а) отрицательный перенос

б) положительный перенос

в) неравномерность формирования двигательного навыка

8. При разучивании каких упражнений в рамках одного занятия можно рассчитывать на эффект положительного переноса

а**) прыжок в длину с места**

б) обучение низкому старту

в) кувырок вперед в группировке

9. В каком случае педагог может столкнуться с эффектом отрицательного переноса в процессе обучения

а) при одновременном разучивании упражнения «мост» и бегом на 100 м

б) при одновременном развитии силовых способностей и гибкости

в) при одновременном разучивании прыжка в длину с места и бегом на 100 м

10. Как называется второй этап обучения двигательному действию

а) этап начального разучивания

б) этап закрепления и дальнейшего совершенствования

в) этап углубленного разучивания

11. Какие методические приемы используются для воспитания быстроты простой двигательной реакции

а) выполнение упражнений с дополнительным отягощением

б) изменение времени между предварительной и исполнительной командами

в) выполнение упражнений в облегченных условиях

12. Какие методические подходы и приемы используют для преодоления «скоростного барьера»:

а) облегчение внешних условий

б) изменение амплитуды движений

в) рациональное сочетание периодов работы и отдыха

г) использование дополнительных сил, ускоряющих движение.

13. При помощи каких контрольных упражнений (тестов) можно оценить быстроту простой двигательной реакции

а) бег 30 м.

б) хронорефлексометрия

в) тест с падающей линейкой (гимнастической палкой).

14. При помощи каких контрольных упражнений (тестов) можно оценить темп (частоту) движений

а) бег 100 м.

б) хронорефлексометрия

в) теппинг-тест

15. Что называют общей выносливостью

а) способность овладевать незнакомыми двигательными действиями

б) способность противостоять утомлению в процессе мышечной деятельности

в) способность быстро переключать на другие виды деятельности

16. Укажите специальные виды выносливости

а) скоростная

б) аэробная

в) координационная

7. Какие факторы внешней среды способствуют развитию выносливости

а) гипоксия

б) гипертермия

в) гипербария

18. Укажите сенситивный период для развития выносливости

а) 14-16 лет

б) 18 – 21 год

в) старше 30 лет

19. Для развития координационной выносливости применяют

а) интервальный метод

б) повторный метод

в) игровой метод

20. Для развития силовой выносливости применяют

а) интервальный метод
б) повторный метод
в) игровой метод

21. В каких случая использование метода целостно-конструктивного упражнения будет более эффективным
а) при разучивании простых двигательных действий
б) при разучивании сложных двигательных действий
в) в раннем возрасте

22. Расчлененно-конструктивный метод предполагает разучивание двигательных действий
а) по частям с последующим слитным выполнением
б) в целом после предварительного показа педагогом
в) с использованием технических средств обучения

23. Укажите основные отличия стандартного метода от переменного
а) равномерность выполнения нагрузки
б) интенсивность выполнения нагрузки
в) продолжительность выполнения нагрузки

24. Укажите положительные стороны игрового метода
а) эмоциональность
б) возможность строго дозировать нагрузку
в) эффективность при разучивании новых двигательных действий

25. Укажите отрицательные стороны метода строго регламентированного упражнения
а) невозможность строго дозировать нагрузку
б) низкая эмоциональность
в) неэффективность при разучивании незнакомых двигательных действий

26. Соревновательный метод применяется с целью
а) оценки качества владения двигательными действиями
б) обеспечения максимальной физической нагрузки
в) воспитания волевых качеств

27. Укажите специфические принципы физического воспитания
а) принцип циклического построения занятий
б) принцип возрастной адекватности физического воспитания
в) принцип сознательности и активности

28. Способность к обучаемости в физическом воспитании обусловлена:
а) сложностью изучаемого упражнения
б) двигательной одаренностью индивида
в) эффективностью применяемых методов обучения

29. Как называется степень владения двигательным действием, которая характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к действию сбивающих факторов и нестабильностью итогов
а) двигательный навык
б) двигательное умение
в) динамический стереотип

30. Оптимальная степень владения техникой действия называется
а) двигательный навык
б) двигательное умение
в) физическая способность

6.7. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Теория и методика физической культуры: Учебник для вузов, напр. / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003. - 464 с.

2. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания : учебное пособие / В. М. Зациорский. - Москва : Спорт, 2019. - 200 с. - ISBN 978-5-907225-01-5. - [Электронный ресурс] –Доступ из ЭБС "Консультант студента" - URL: https://znanium.com/catalog/product/1065592

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов вузов физической культуры . - 2-е изд., испр. и доп.. - М.: Академия, 2003. - 480 с..

2. Речкалов А.В., Корюкин Д.А. Врачебно-педагогический контроль в физической культуре и спорте: Монография. –Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2011. -244 с.

3. Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте : учеб. пособие / З.С. Варфоломеева [и др.]. - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2017. - 154 с. - ISBN 978-5-9765-1527-7. -[Электронный ресурс] –Доступ из ЭБС "Консультант студента" - URL: https://znanium.com/catalog/product/1032460

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - М.: Академия, 2001. - 143,

2. Анализ проведения урока физкультуры: Сборник методических материалов для учителей физкультуры, руководителей учебных заведений, методистов/ Авт.-сост. В.А. Муравьев, И.П. Залетаев. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 86 с.

9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ЭБС «Лань»
2. ЭБС «Консультант студента»
3.ЭБС «Znanium.com»
4. Гарант – справочно-правовая система

10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

При чтении лекций используются слайдовые презентации.

Минимальные требования к операционной системе и программному обеспечению компьютера, используемого при показе слайдовых презентаций: Windows XP, Foxit Reader Pro версия 1.3.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-технической обеспечение по реализации дисциплины осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данной образовательной программе.

12. ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Распределение баллов соответствует п.6.2 либо может быть изменено в соответствии с решением кафедры, в случае перехода на ЭО и ДОТ в процессе обучения. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до обучающихся.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Теория и методика физической культуры и спорта»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Трудоемкость дисциплины: 11 ЗЕ (396 академических часов)
Семестр: 6,7
Форма промежуточной аттестации: курсовая работа, зачет, экзамен

Содержание дисциплины

Теория физической культуры и спорта в системе физкультурного образования. Средства и методы формирования физической культуры личности. Теория и технология обучения двигательным действиям. Процесс формирования двигательных умений и навыков. Характеристика физических способностей и методика их развития. Формы построения занятий физическими упражнениями. Планирование, контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями. Теоретико-методологические основы спортивной тренировки.

ЛИСТ
регистрации изменений (дополнений) в рабочую программу учебной дисциплины
«Теория и методика физической культуры и спорта»
Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20__ / 20__учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / А.В. Речкалов /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.

Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20___ / 20___ учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / Ф.И.О. /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.