

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Кемеровский государственный университет»

Новокузнецкий институт (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Кемеровский государственный университет»

Факультет экономический  
Кафедра экономической теории, муниципального управления и сервиса

УТВЕРЖДАЮ  
Декан экономического факультета  
С.Н. Часовников  
«09» марта 2017 г.

## Рабочая программа дисциплины

### Б1.В.ДВ.8.2 Теория и методика физической культуры

Направление подготовки

**43.03.02 Туризм**  
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки

«Технология и организация туроператорских и турагентских услуг»

Программа подготовки  
академический бакалавриат

Квалификация выпускника  
бакалавр

Форма обучения  
очная

Год набора 2014

Новокузнецк 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы бакалавриата...	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата.....	3
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	4
3.1. Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах).....	4
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	5
4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) .....	6
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) .....	13
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	17
6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю).....	17
6.2. Типовые контрольные задания или иные материалы .....	18
6.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций .....	28
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	30
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.....	31
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	31
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	32
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) .....	33
12. Иные сведения и (или) материалы.....	33
12.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.....	33
12.2 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	33

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

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

<i>Коды компетенции</i>	<b>Результаты освоения ОПОП</b> <i>Содержание компетенций*</i>	<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>
ОК-7	способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний	<b>Знать:</b> предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни. <b>Уметь:</b> организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни; достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности. <b>Владеть:</b> навыками здорового образа жизни.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» ориентирует на подготовку к учебно-воспитательной, социально-педагогической, культурно-просветительской, научно-методической, организационно-управленческой, физкультурно-спортивной, оздоровительно-креативной деятельности. Ее изучение способствует решению следующих типовых задач профессиональной деятельности:

### ***в области учебно-воспитательной деятельности:***

- осуществление процесса обучения физической культуре в соответствии с образовательной программой;
- планирование и проведение учебных занятий по физической культуре с учетом специфики тем и разделов программы и в соответствии с учебным планом;
- использование современных научно обоснованных приемов, методов и средств обучения физической культуре;
- применение современных средств оценивания результатов обучения;
- воспитание учащихся как формирование у них духовных, нравственных ценностей и патриотических убеждений;
- реализация личностно-ориентированного подхода к образованию и развитию обучающихся с целью создания мотивации к обучению;
- работа по обучению и воспитанию с учетом коррекции отклонений в развитии;

### ***в области социально-педагогической деятельности:***

- оказание помощи в социализации учащихся;
- проведение профориентационной работы;
- установление контакта с родителями учащихся, оказание им помощи в семейном воспитании;

### ***в области культурно-просветительной деятельности:***

- формирование общей культуры учащихся;

### ***в области научно-методической деятельности:***

- выполнение научно-методической работы, участие в работе научно-методических объединений;
- самоанализ и самооценка с целью повышение своей педагогической квалификации;  
**в области организационно-управленческой деятельности:**
- рациональная организация учебного процесса с целью укрепления и сохранения здоровья школьников;
- обеспечение охраны жизни и здоровья учащихся во время образовательного процесса;
- организация контроля за результатами обучения и воспитания;
- организация самостоятельной работы и внеурочной деятельности учащихся;
- ведение школьной и классной документации;
- выполнение функций классного руководителя;
- участие в самоуправлении и управлении школьным коллективом;  
**в области физкультурно-спортивной деятельности:**
- всестороннее и гармоничное развитие физических качеств и повышение уровня физической подготовленности обучающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- совершенствование индивидуальных способностей детей в условиях секционной работы на основе применения наиболее эффективных средств и методов спортивной тренировки;
- проведение контроля за состоянием занимающихся физической культурой и спортом с применением адекватных и современных медико-биологических и педагогических методов;  
**в области оздоровительно-рекреативной деятельности:**
- формирование основ здорового образа жизни и потребности в физической активности на основе регулярных занятиях физическими упражнениями;
- реализация программ двигательной рекреации и оздоровления обучающихся с применением соответствующих средств и методов в режиме учебного дня, во внеурочной и внешкольной работе.

Дисциплина изучается на 2 курсе в четвертом семестре.

### **3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц (ЗЕТ), 108 академических часа.

#### **3.1. Объем дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах)**

Объем дисциплины	Всего часов
	для очной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	108
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	
Аудиторная работа (всего**):	68
в т. числе:	
Лекции	34
Семинары, практические занятия	34
Практикумы	
Лабораторные работы	
Внеаудиторная работа (всего**):	140
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:	
Курсовое проектирование	
Групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем	

<b>Объём дисциплины</b>	<b>Всего часов</b>
	для очной формы обучения
Творческая работа (эссе)	
Самостоятельная работа обучающихся (всего**)	140
Вид промежуточной аттестации обучающегося	зачет

#### **4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

##### *для очной формы обучения*

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоемкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
			лекции	семинары, практические занятия		
1.	Введение в теорию и методiku Физической культуры и спорта.	28	2	6	20	Устный опрос
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности.	34	2	12	20	Контрольная работа
3.	Методика воспитания физических способностей	16	2	4	10	Тест
4.	Особенности физического воспитания детей школьного возраста	16	2	4	10	Устный опрос
5.	Планирование и контроль в процессе физического воспитания.	16	2	4	10	Контрольная работа
6.	Формы построения занятий физическими упражнениями.	16	2	4	10	Тест
7.	Формирование профессионализма специалиста по физической культуре и спорту.	16	2	4	10	Устный опрос
8.	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	16	2	4	10	Коллоквиум
9.	Особенности физического воспитания в образовательных	14	2	2	10	Устный опрос

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоемкость (часов)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
			лекции	семинары, практические занятия		
	учреждениях различного типа.					
10.	Физическое воспитание взрослой части населения	14	2	2	10	Доклад
11.	Общая характеристика системы подготовки спортсменов.	14	2	2	10	Устный опрос
12.	Методика совершенствования различных сторон подготовленности	20	8	2	10	Тест
	Всего:	108	34	34	140	

#### 4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

##### Содержание лекционного курса

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1.	Введение в теорию и методику физической культуры и спорта	<p><i>Исторические аспекты становления теории и методики физического воспитания и спорта, ее место и интегрирующая роль в системе физкультурного профессионального образования. Появления опыта направленного воздействия упражнений на человека. Появление систем физического воспитания. Профессиональное физкультурное образование в условиях реформирования системы образования. Основные понятия теории и методики физического воспитания и спорта. физическая культура, физическое воспитание, спорт, спортивная подготовка, физическое развитие, физическая подготовленность, физкультурное образование, физическая активность, здоровый стиль жизни.</i></p> <p><i>Физическая культура как социальная система.</i></p> <p><i>Цель, задачи, общие принципы.</i></p> <p>Ведущая роль ТМФВС в процессе интеграции профилирующих дисциплин в решении важной проблемы -формирования у студентов целостного представления и готовности к профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.</p> <p><i>Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта. Возможности направленного воспитательного воздействия на основе специфики физического воспитания и спорта. Характеристика с этих позиций принципов, методов</i></p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>и форм организации воспитательной работы, с учетом возрастно-половых и индивидуальных особенностей воспитуемых.</p> <p>Деятельность в физическом воспитании и спорте как средство нравственного, умственного, трудового, эстетического воспитания патриотизма, интернационализма и гуманизма, сознательной дисциплины, всестороннего формирования личности. Личность учителя как фактор воспитания.</p> <p>Воспитание потребности к систематическим занятиям физическими упражнениям; формирование физической активности, здорового образа жизни; самовоспитание. Комплексное использование принципов, методов, форм и средств воспитания как системы -основное условие воспитательного эффекта.</p>
2	Средства и методы формирования физичекой культуры личности.	<p><i>Средства и методы физического воспитания и спорта.</i> Характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы. Особенности избирательного, комплексного и ситуационного использования средств. Физическое упражнение как основное средство физического воспитания. Факторы, определяющие воздействие физических упражнений. <i>Характеристика техники физических упражнений.</i></p> <p>Понятие техники: стартовая, типовая, персональная индивидуализация техники. Части техники физических упражнений и как благодинамическая структура; фазы физических упражнений; критерии оценки эффективности техники. Двигательное действие как система. Образцовая техника, индивидуальная техника, фазы техники подготовительная, основная, заключительная. Использование биомеханических характеристик двигательного действия в физическом воспитании. Критерии оценки эффективности техники.</p> <p><i>Обучение двигательным действиям.</i> Постановка задач. Обучение двигательным действиям: соотношение понятий обучения в физическом воспитании, обучение двигательному действию, обучение физическим упражнениям. Характеристика методов в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы; методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса упражнения, регламентация нагрузки и отдыха.</p>
3	Методика воспитания физических способностей	<p><i>Современная классификация методов развития физических качеств, общие требования к их выбору.</i> Общая</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>характеристика повторного, равномерного, переменного, интервального, кругового, игрового и соревновательного методов развития физических способностей.</p> <p><i>Силовые способности и методика их развития.</i> Определение понятия, формы проявления. Методика развития силы: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития качеств силы. Контрольные упражнения для определения уровня развития силы.</p> <p><i>Скоростные способности и методика их развития.</i> Определение понятия, формы проявления быстроты. Методика развития быстроты: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития быстроты. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития быстроты.</p> <p><i>Выносливость и методика ее развития.</i> Определение понятия, формы проявления, виды выносливости. Методика развития выносливости, задачи, средства и методы. Факторы, определяющие степень воздействия упражнений при развитии выносливости.</p> <p><i>Координационные способности и методика их развития.</i> Определение понятия, формы проявления ловкости и факторы, влияющие на ее проявления. Методика развития ловкости. Взаимосвязь физических качеств в целостной двигательной деятельности. Виды физических упражнений, обладающих комплексным воздействием при развитии физических качеств. Связь обучения двигательным действиям с развитием физических качеств.</p> <p><i>Гибкость и методика ее развития.</i> Определяющие понятия, формы проявления, гибкости и факторы, влияющие на ее проявление. Методика развития гибкости: задачи, средства и методы. Возрастные периоды развития гибкости. Контрольные упражнения уровня гибкости.</p>
4	Особенности физического воспитания детей школьного возраста.	<p><i>Физическое воспитание детей дошкольного и школьного возраста.</i> Возрастные особенности дошкольников: периодизация дошкольного возраста, особенности функционального развития ребенка; формирование опорно-двигательного аппарата. Задачи по укреплению здоровья, физическому развитию, повышению сопротивляемости организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды. Задачи по развитию основных физических качеств и формированию двигательных умений и навыков. Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Формы физического воспитания дошкольников. Задачи и значение физического воспитания школьников. Периодизация школьного</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физической подготовленности детей школьного возраста.</p> <p><i>Физическое воспитание детей школьного возраста.</i> Средства и методы физического воспитания в соответствии с возрастной периодизацией дошкольников. Задачи и значение физического воспитания школьников. Периодизация школьного возраста, значение учета возрастных периодов для повышения эффективности физического воспитания. Возрастные особенности физической подготовленности детей школьного возраста. Формы организации физического воспитания в школе: урок физической культуры; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного и продленного дня; внеклассные формы занятий, общешкольные физкультурно-массовые спортивные мероприятия.</p> <p><i>Методика проведения уроков физической культуры в младших классах.</i> Задачи, средства, особенности методики.</p> <p><i>Методика проведения уроков физической культуры в средних классах.</i> Задачи, средства, особенности методики.</p> <p><i>Методика проведения уроков физической культуры в старших классах</i> Задачи, средства, особенности методики.</p> <p><i>Школьные программы по физической культуре.</i> Ознакомление с различными программами по физической культуре на предмет различий и их сходства. Современные концепции физического воспитания в образовательных учреждениях. Структура содержания физического воспитания.</p>
5	Планирование и контроль в процессе физического воспитания.	<p><i>Планирование учебной работы.</i> Целевое планирование и контроль как функции управления. Процесс получения, передачи и переработки информации -сущность управления, обмен информацией между управляющей и управляемой системами как основа управления. Планирование как определение деятельности на период времени, лежащий в будущем. Значение планирования. Требования к планированию. Цель, задачи, виды, формы и содержание планирования. Этапы планирования. Особенности планирования в различных организационных формах физического воспитания и спорта. Программы в системе планирования.</p> <p><i>Методика уроков физической культуры в специальных медицинских группах.</i> Специальная медицинская группа А и медицинская группа Б. Подбор методов и средств для занятий в специальных группах. Контроль за</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>изменением состояния здоровья4 обучение учащихся видам самоконтроля; текущая оценка успеваемости. Двигательные действия детей с ослабленным здоровьем.</p> <p><i>Оценка эффективности физкультурно-спортивных занятий.</i></p> <p>Контроль как способ получения информации о текущем состоянии процесса физического воспитания, спортивной подготовки и их составляющих. Задачи контроля. Основные виды контроля - предварительный текущий, итоговый.</p>
6	<p>Формы построения занятий физическими упражнениями</p>	<p><i>Внеклассные формы организации физического воспитания.</i> Физкультурно-спортивные праздники, дни здоровья, физкульт-минутки, спортивные секции в структуре физического воспитания в общеобразовательной школе.</p> <p><i>Формирование профессионализма педагога специалиста по физической культуре и спорту.</i> Сущность профессионализма Акмелогия - наука о наивысшем уровне развития человека и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов по физической культуре и спорту; физкультурно-спортивное самосовершенствование личности. Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту Стандарты физкультурного профессионального образования. Характеристика учебных планов и программ.</p> <p><i>Формы, средства и методы оздоровительной физической культуры.</i> Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем. Задачи, содержание, особенности методики в зависимости от уровня физического развития и характера заболевания.</p>
7	<p>Формирование профессионализма специалиста по физической культуре и спорту.</p>	<p><i>Формирование профессионализма педагога специалиста по физической культуре и спорту.</i> Сущность профессионализма. Акмелогия - наука о наивысшем уровне развития человека и закономерностях становления в связи с этим профессионализма. Формы проявления профессионализма физкультурно-спортивной деятельности: профессиональный и олимпийский спорт; подготовка специалистов по физической культуре и спорту; физкультурно-спортивное самосовершенствование личности.</p> <p><i>Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.</i> Структура профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Сферы приложения труда педагогов, специалистов по физической культуре и спорту. Стандарты физкультурного профессионального образования.</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		Характеристика учебных планов и программ
8	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	<p><i>Методика уроков физической культуры в специальных медицинских группах</i></p> <p>Специальная медицинская группа А и медицинская группа Б. Подбор методов и средств для занятий в специальных группах. Контроль за изменением состояния здоровья обучение учащихся видам самоконтроля; текущая оценка успеваемости Двигательные действия детей с ослабленным здоровьем.</p> <p><i>Педагогический и врачебный контроль в системе оздоровительной физической культурой.</i></p> <p>Специфические особенности видов контроля в оздоровительной физической культуре. Оперативный и текущий контроль : педагогический -по оценке и доставлению величин внешней и внутренней нагрузок; врачебный -по степени функциональных реакций при нагрузке, выявление скрытой патологии. Этапный контроль: педагогический по динамике показателей физического развития и физической подготовленности, по сопоставлению этих показателей с нормативными; врачебный по динамике показателей здоровья и функционального состояния</p>
9	Особенности физического воспитания в образовательных учреждениях различного типа.	<p><i>Физическое воспитание в колледжах и средних специальных заведениях</i></p> <p>Значение и задачи. Содержание физического воспитания учащихся в колледжах и специальных средних заведениях. Формы организации физического воспитания в учебное время. Программа по физической культуре.</p> <p><i>Физическое воспитание студентов вузов</i></p> <p>Значение и задачи. Формы занятий физическими упражнениями студентов. Учебная работа: учебный план, учебная программа; оценка успеваемости; врачебный контроль, учебные отделения.</p>
10	Физическое воспитание взрослой части населения	<p><i>Физическое воспитание взрослого населения.</i></p> <p>Современные тенденции воспитания взрослого населения страны. Возрастные группы, характерные черты направленности их физического воспитания. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения : специальные, основные и спортивные. Содержание учебных программ для высших учебных заведений. Оценка успеваемости.</p> <p><i>Основы профессионально-прикладной физической подготовки.</i></p> <p>Трудовая деятельность и способность к труду; объективные и субъективные факторы обуславливающие производительность труда. Необходимость профессионально-прикладной физической подготовки методические основы построения ППФП. Особенности состава средств ППФП. Теоретические аспекты. Особенности</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		методики. Профессиональная физическая подготовка как средство и метод прогнозирования и развития, способностей к трудовой деятельности.
11	Общая характеристика системы подготовки спортсменов	<i>Общая характеристика системы подготовки спортсменов.</i> Определение понятий спортивная тренировка, тренированность, подготовленность, спортивная форма. Определение понятий технико-тактическая, общая и специальная, психологическая, соревновательная подготовка. Основные формы, методы, средства и принципы спортивной тренировки.
12	Методика совершенствования различных сторон подготовленности.	<p><i>Технико-тактическая подготовка спортсменов.</i> Определение понятия спортивная техника и спортивная тактика. Раскрытие этапов технической и видов тактической подготовки. Основные направления и методические приемы технической и тактической подготовки.</p> <p><i>Специальная физическая подготовка спортсменов (СФП).</i> Задачи, функции и формы организации специальной физической подготовки. Критерии упорядочивания СФП. Классификация тренировочных эффектов. Техника программирования СФП. Особенности построения СФП в различных видах спорта и у спортсменов различного уровня спортивного мастерства.</p> <p><i>Психологическая подготовка спортсменов.</i> Виды психологической подготовки. Виды волевых качеств и способы их тренировки. Виды предстартовых эмоциональных состояний. Методики срочной и заблаговременной регуляции.</p> <p><i>Соревновательная подготовка спортсменов.</i> Классификация видов соревнований и их место в соревновательной подготовке. Виды этапов непосредственной предсоревновательной подготовки. Правила поддержания спортивной формы. Время приезда на соревнование и акклиматизация. Подготовка на месте состязания и в день старта.</p>

*Содержание практических занятий*

Номер раздела дисциплины	Темы практических занятий
Раздел 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физическая направленность физического воспитания</li> <li>2. Общепедагогические и специфические задачи физического воспитания.</li> <li>3. Основные направления в системе физического воспитания.</li> </ol>
Раздел 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Связь различных видов воспитания в процессе физического воспитания.</li> <li>2. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорта.</li> <li>3. Комплексное использование принципов, методов, форм и средств.</li> </ol>
Раздел 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физические упражнения как основное средство физического воспитания.</li> <li>2. Двигательное действие как система.</li> <li>3. Обучение двигательным действиям.</li> </ol>

Номер раздела дисциплины	Темы практических занятий
Раздел 4	1. Понятие физических качеств и физических способностей. 2. Силовые способности и методика их развития. 3. Скоростные способности. 4. Выносливость и методика её развития. 5. Координационные способности. 6. Гибкость.
Раздел 5	1. Документы планирования. 2. Виды учета успеваемости. 3. Двигательные действия детей с ослабленным здоровьем.
Раздел 6	1. Формы организации физического воспитания в режиме учебного дня. 2. Формы организации во внеучебное время. 3. Внешкольные формы организации физического воспитания
Раздел 7	1. Формы проявления профессионализма в физкультурно-спортивной деятельности. 2. Стандарты физкультурного профессионального образования
Раздел 8	1. Подбор средств и методов для занятий в специальных группах. 2. Оперативный и текущий контроль. 3. Физическая подготовленность и нагрузка.
Раздел 9	1. Содержание физического воспитания учащихся в колледжах и специальных средних заведениях. 2. Физическое воспитание студентов вузов, учебная работа, программы. 3. Формы занятий во внеучебное время
Раздел 10	1. физическая культура в режиме трудового дня. 2. Организационно-методические основы занятий с людьми пожилого возраста. 3. Методические основы построения ППФП.
Раздел 11	1. Характеристика системы тренировочно-соревновательной подготовки. 2. Спортивные достижения и тенденции их развития.
Раздел 12	1. Основы спортивной тренировки. 2. Основы построения процесса спортивной подготовки. 3. Технология планирования в спорте. 4. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсменов, отбор в процессе многолетней подготовке.

## 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Учебно-методический комплект дисциплины в методическом кабинете и на сайте дистанционных образовательных программ вуза, презентации лекций, методические разработки семинарских и лабораторных работ, задания для самостоятельной работы студентов, вопросы для самоконтроля на сайте дистанционных образовательных программ вуза.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Виды самостоятельной работы
1	Введение в теорию и методику Физической культуры и	Физическая культура и спорт как органические части культуры общества и личности.
		Вводная характеристика направлений, форм и социальных функций физической культуры и спорта.
		Значение теории и методики физической культуры для

	спорта.	студентов и выпускников физкультурных учебных заведений
2	Средства и методы формирования физической культуры личности.	Физические упражнения – основное и специфическое средство формирования физической культуры личности.
		Факторы, определяющие воздействие физических упражнений
		Содержание и форма физических упражнений
		Естественные силы природы и гигиенические факторы
		Характеристики техники физических упражнений.
		Исходные понятия: «метод», «методический прием», «методика», «методический подход», «методическое направление».
		Современные представления о классификации методов.
		Общие требования к выбору методов формирования физической культуры личности.
3	Методика воспитания физических способностей.	Понятия о физических способностях, основные формы их проявления.
		Основные закономерности развития физических способностей.
		Движения – ведущий фактор развития физических способностей.
		Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности.
		Этапность развития физических способностей.
		Непрерывность и гетерохронность развития физических способностей
		Перенос физических способностей
		Единство и взаимосвязь двигательных умений и физических способностей.
		Принципы развития физических способностей
		Понятия о силовых способностях, их виды.
		Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей.
		Методика развития силовых способностей.
		Методические указания к развитию силы
		Примерные величины отягощений и количество повторений в упражнениях для развития силы
		Упражнения для развития силы применительно к скоростному ее проявлению, примерные величины отягощений и количество повторений.
		Примерные упражнения, развивающие силу, применительно к видам спорта, связанных с выносливостью
		Понятия о скоростных способностях, их виды. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей.
		Методика развития быстроты двигательных реакций
		Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений
		Методика развития комплексных форм проявления скоростных способностей.
		Определение понятий: «координация движений», «координированность», «координационные способности»
		Понятие о выносливости. Утомление и выносливость. Виды выносливости.
		Способы развития общей выносливости
		Виды тренировочной работы, используемой для построения специального фундамента для выносливости

		<p>Виды тренировочной работы, используемой для усиления специального фундамента выносливости.</p> <p>Тренировочная работа для развития силовой выносливости</p> <p>Воспитание специальной выносливости в работе умеренной мощности</p> <p>Воспитание специальной выносливости в работе большой мощности</p> <p>Воспитание специальной выносливости в работе субмаксимальной мощности</p> <p>Воспитание специальной выносливости в работе максимальной мощности</p> <p>Методические указания к развитию выносливости</p> <p>Понятие о гибкости. Критерии измерения и виды гибкости</p> <p>Факторы, определяющие уровень развития гибкости</p> <p>Задачи, средства и методы развития гибкости</p>
4	Особенности физического воспитания детей школьного возраста.	<p>Социально-педагогическое значение физической культуры детей школьного возраста.</p> <p>Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями</p> <p>Содержание учебного предмета «Физическое воспитание»</p> <p>Особенности методики обучения двигательным действиям школьников.</p> <p>Система планирования физического воспитания в школе.</p> <p>Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры</p>
5	Планирование и контроль в процессе физического воспитания.	<p>Проблемы целеполагания в теории и практике преподавания предмета «Физическая культура»</p> <p>Процедуры целеполагания в циклах технологии учебно-воспитательного процесса</p> <p>Цели учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура»</p> <p>Отбор оптимального содержания и методов учебно-воспитательного процесса на уроке физической культуры</p> <p>Факторы оптимальности содержания образования, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса</p> <p>Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса</p> <p>Виды, формы и методы программирования учебно-воспитательного процесса</p> <p>Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса</p> <p>Виды контроля в учебно-воспитательном процессе</p> <p>Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе</p> <p>Требования к контролю в учебно-воспитательном процессе</p>
6	Формы построения занятий физическими упражнениями.	<p>Занятия физическими упражнениями в режиме учебного дня школы</p> <p>Внеклассные формы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Внешкольные формы занятий физическими упражнениями.</p> <p>Классно-урочные формы занятий физическими упражнениями.</p>
7	Формирование профессионализма и специалиста по Физической культуре и	<p>Профессионально важные качества учителя физической культуры</p> <p>Динамика профессионального самосознания учителя физической культуры</p> <p>Критерии эффективности деятельности учителя физической культуры</p>

	спорту.	культуры
		Особенности адаптации к профессиональной деятельности начинающих учителей физической культуры
		Типичные затруднения учителей физической культуры
		Способы повышения профессионального мастерства учителя физической культуры
8	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	Физическое воспитание, как средство адаптации, развития личности и формирования ценности здоровья учащихся
		Образовательная среда и здоровьесберегающие факторы.
		Социально-педагогические модели сохранения и укрепления здоровья субъектов воспитательного процесса
		Факторы, определяющие активную позицию педагогов в создании адаптивно-развивающей образовательной среды
		Профессиональная готовность педагогов к оздоровительной деятельности.
		Здоровьесберегающая деятельность учителя в образовательном учреждении
		Профессиональное здоровье педагогов
9	Особенности физического воспитания в образовательных учреждениях различного типа.	Социально-педагогическое значение физического воспитания детей дошкольного возраста
		Особенности методики занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста
		Содержание и функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования
		Программно-нормативное, организационное и ресурсное обеспечение физкультурного образования студентов
		Особенности методики занятий физическими упражнениями в учебных отделениях ВУЗа
		Физическая культура в быту студентов в каникулярное время.
		Направления деятельности кафедры физического воспитания, спортивного клуба и спортивно-оздоровительного центра.
		Специфика деятельности преподавателя физического воспитания в средних и высших учебных заведениях.
10	Физическое воспитание взрослой части населения	Основные факторы и условия, определяющие физическую культуру взрослых
		Общеподготовительное и рекреационное направления физической культуры взрослых
		Увеличение бюджета свободного времени и внедрение физической культуры в быт
		Профессионально-прикладное использование физической культуры
		Старение и задачи направленного использования физической культуры
11	Общая характеристика системы подготовки спортсменов.	Возникновение и состояние современного спорта.
		Спортивные соревнования, как функциональное ядро спорта
		Классификации видов спорта
12	Методика совершенствования различных сторон подготовленности.	Понятие о технической подготовке спортсмена. Место и значение спортивной техники в различных видах спорта.
		Виды, задачи, средства, методы и методические приемы технической подготовки спортсмена
		Этапы и содержание технической подготовки в многолетнем и годичном циклах тренировки.
		Понятие о тактической подготовке спортсмена

	Виды, задачи и средства тактической подготовки спортсмена
	Содержание и методика составления тактического плана выступления спортсмена в соревнованиях
	Понятие о психологической подготовке спортсмена, ее виды. Значение психических качеств в некоторых видах спорта
	Предсоревновательное и соревновательное психическое напряжение, его динамика и причины
	Общая психологическая подготовка спортсмена
	Специальная психологическая подготовка спортсмена
	Секундирование в спорте
	Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований
	Формы организации специальной физической подготовки спортсмена
	Особенности организации специальной физической подготовки спортсменов различных уровней спортивного мастерства
	Особенности организации специальной физической подготовки спортсменов в различных видах спорта

## **6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

### **6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю)**

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции* (или её части) / и ее формулировка – по желанию	наименование оценочного средства
1.	Введение в теорию и методику Физической культуры и спорта.	ОК-7	Устный опрос
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности.		Контрольная работа
3.	Методика воспитания физических способностей		Тест
4.	Особенности физического воспитания детей школьного возраста		Устный опрос
5.	Планирование и контроль в процессе физического воспитания.		Контрольная работа
6.	Формы построения занятий физическими упражнениями.		Тест
7.	Формирование профессионализма специалиста по физической культуре и спорту.		Устный опрос
8.	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.		Коллоквиум
9.	Особенности физического воспитания в образовательных учреждениях различного типа.		Устный опрос
10.	Физическое воспитание взрослой части населения		Доклад
11.	Общая характеристика системы подготовки спортсменов.		Устный опрос
12.	Методика совершенствования		Тест

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции* (или её части) / и её формулировка – по желанию	наименование оценочного средства
	различных сторон подготовленности		
	Промежуточная аттестация обучающегося – экзамен		Примерный перечень вопросов к экзамену

## 6.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

### 6.2.1. Экзамен

	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание результата обучения, формируемые компетенции	Экзаменационные вопросы (задания, задачи)/ зачет
1.	Введение в теорию и методику физической культуры и спорта	<p>Знать: основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности человека, их взаимосвязь с социальной активностью человека.</p> <p>Уметь: применять средства и методы физической культуры для формирования физических качеств и двигательных умений в соответствии психофизиологическим особенностям контингента занимающихся; определять уровень готовности личности включаться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; организовывать разноцелевые физкультурно-спортивные мероприятия; использовать спортивный инвентарь и оборудование;</p> <p>Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.</p>	<p>1. Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания.</p> <p>2. Основные цели, задачи и содержание системы физического воспитания.</p> <p>3. Программно-нормативные основы системы физического воспитания.</p> <p>4. Понятие и характеристика двигательного умения, навыка с позиции функциональной системы по Анохину.</p> <p>5. Характеристика структуры техники физических упражнений.</p>
2.	Средства и методы формирования физической культуры личности.	<p>Знать: основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности человека, их взаимосвязь с социальной активностью человека,</p> <p>Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.</p>	<p>6. Методика воспитания специальной выносливости спринтера и стайера.</p> <p>7. Характеристика и классификация средств физического воспитания.</p> <p>8. Педагогические исследования в физическом воспитании (подготовка к исследованию, характеристика основных методов исследования).</p>
3.	Методика воспитания	Знать: роль и значение физической культуры и спорта	9. Характеристика общей выносливости, методика воспитания и возрастные

	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание обучения, результата формируемые компетенции	Экзаменационные вопросы (задания, задачи)/ зачет
	физических способностей	<p>для экономики и общества; структуру и функции физической культуры; основы спортивной тренировки и физического воспитания; содержательные основы рекреационной физической культуры; особенности физической культуры в системе экономических отношений; особенности формирования спортивно-оздоровительных услуг;</p> <p>Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности в производственных, бытовых условиях и в чрезвычайных ситуациях, навыками оказания первой медицинской помощи.</p>	<p>особенности проявления.</p> <p>10. Характеристика ловкости, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>11. Характеристика гибкости, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>12. Характеристика основных принципов обучения.</p> <p>13. Характеристика динамических, ритмических и кинематических структур техники физических упражнений.</p> <p>14. Общая характеристика структуры процесса обучения.</p> <p>15. Характеристика основных методов обучения.</p>
	Особенности физического воспитания детей школьного возраста	<p>Знать: роль и значение физической культуры и спорта для экономики и общества; структуру и функции физической культуры; основы спортивной тренировки и физического воспитания; содержательные основы рекреационной физической культуры; особенности физической культуры в системе экономических отношений; особенности формирования спортивно-оздоровительных услуг;</p> <p>Уметь: применять средства и методы физической культуры для формирования физических качеств и двигательных умений в соответствии психофизиологическим особенностям контингента занимающихся; определять уровень готовности личности включаться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; организовывать разноцелевые физкультурно-спортивные мероприятия; использовать спортивный инвентарь и оборудование;</p> <p>Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.</p> <p>Владеть: навыками обеспечения безопасности</p>	<p>16. Характеристика быстроты, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>17. Характеристика основных видов силы, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>18. Характеристика общей выносливости, методика воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>19. Характеристика ловкости, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p> <p>20. Характеристика гибкости, методика ее воспитания и возрастные особенности проявления.</p>

	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание обучения, результата формируемые компетенции	Экзаменационные вопросы (задания, задачи)/ зачет
		жизнедеятельности в производственных, бытовых условиях и в чрезвычайных ситуациях, навыками оказания первой медицинской помощи.	
	Планирование и контроль в процессе физического воспитания.	Знать: основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности человека, их взаимосвязь с социальной активностью человека, Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.	21. Требования к планированию уроков физической культуры. 22. Основные формы организации внеклассной работы по физическому воспитанию и документы планирования и учета. 23. Учет успеваемости по физическому воспитанию в общеобразовательной школе. 24. Основные документы и формы планирования учебной работы в школе.
	Формы построения занятий физическими упражнениями.	Уметь: организовывать защитные мероприятия при возникновении чрезвычайных ситуаций, оказывать первую медицинскую помощь; Уметь: применять средства и методы физической культуры для формирования физических качеств и двигательных умений в соответствии психофизиологическим особенностям контингента занимающихся; определять уровень готовности личности включаться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность; организовывать разноцелевые физкультурно-спортивные мероприятия; использовать спортивный инвентарь и оборудование;	25. Формы организации физического воспитания в общеобразовательной школе 26. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений 27. Формы организации физического воспитания в семье 28. Формы организации физического воспитания в трудовых коллективах
	Формирование профессионализма специалиста по физической культуре и спорту.	Знать: роль и значение физической культуры и спорта для экономики и общества; структуру и функции физической культуры; основы спортивной тренировки и физического воспитания; содержательные основы рекреационной физической культуры; особенности физической культуры в системе экономических отношений; особенности формирования спортивно-оздоровительных услуг; Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности в	29. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту 30. Ценности физической культуры и спорта 31. Развитие познавательных учений формирование знаний о видах воспитания, о средствах и методах воспитания личности в процессе овладения физической культурой

	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание обучения, результата формируемые компетенции	Экзаменационные вопросы (задания, задачи)/ зачет
		производственных, бытовых условиях и в чрезвычайных ситуациях, навыками оказания первой медицинской помощи.	
	Общая характеристика оздоровительной физической культуры.	Уметь: организовывать защитные мероприятия при возникновении чрезвычайных ситуаций, оказывать первую медицинскую помощь; Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.	32. Средства специальной оздоровительной направленности и характеристика 33. Физкультурно-оздоровительные методики и системы, их назначение и характеристика
	Особенности физического воспитания в образовательных учреждениях различного типа.	Знать: роль и значение физической культуры и спорта для экономики и общества; структуру и функции физической культуры; основы спортивной тренировки и физического воспитания; содержательные основы рекреационной физической культуры; особенности физической культуры в системе экономических отношений; особенности формирования спортивно-оздоровительных услуг;	34. Формы организации физического воспитания в летних лагерях. 35. Физическое воспитание в дошкольных учреждениях. Средства, методы и принципы 36. Физическое воспитание в младшем школьном возрасте. 37. Физическое воспитание в среднем школьном возрасте 38. Физическое воспитание в старшем школьном возрасте
	Физическое воспитание взрослой части населения	Знать: роль и значение физической культуры и спорта для экономики и общества; структуру и функции физической культуры; основы спортивной тренировки и физического воспитания; содержательные основы рекреационной физической культуры; особенности физической культуры в системе экономических отношений; особенности формирования спортивно-оздоровительных услуг; Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.	39. Физическое воспитание в основной трудовой деятельности 40. Физическая культура в режиме трудового дня 41. Физическая культура в быту 42. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте 43. Методические основы занятий физическими упражнениями в пожилом и старшем возрасте
	Общая характеристика системы подготовки спортсменов	Знать: основные индивидуальные потребности и психофизиологические возможности человека, их взаимосвязь с социальной активностью человека, Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.	44. Основы спортивной тренировки 45. Основные стороны подготовки спортсмена 46. Подготовка спортсмена как многолетний процесс 47. Основы построения спортивной подготовки
	Методика	Уметь: организовывать	48. Построение подготовки спортсменов

	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание обучения, результата формируемые компетенции	Экзаменационные вопросы (задания, задачи)/ зачет
	совершенствования различных сторон подготовленности	защитные мероприятия при возникновении чрезвычайных ситуаций, оказывать первую медицинскую помощь; Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности в производственных, бытовых условиях и в чрезвычайных ситуациях, навыками оказания первой медицинской помощи. Владеть: специальной терминологией в сфере физической культуры.	в течении года 49. Структура построения тренировочного занятия 50. Планирование в спорте 51. Технология разработки документов планирования

Результаты экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». При выставлении оценок учитывается уровень приобретенных компетенций студента по составляющим «знать», «уметь», «владеть». Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практико-ориентированными заданиями. Важное значение имеют объем, глубина знаний, аргументированность и доказательность умозаключений студента, а также общий кругозор студента.

При выставлении оценки экзаменатор руководствуется следующим:

- оценка «отлично» выставляется студенту, показавшему всесторонние, систематизированные, глубокие знания учебной программы, усвоившему основную литературу и знакомый с дополнительной литературой; как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины с сопряженными дисциплинами, а также их значение для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании курса (посредством приведения примеров);

- оценки «хорошо» заслуживает студент, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе, но недостаточно глубоко изучивший дополнительные материалы по изучаемой дисциплине; как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению;

- оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, обнаруживший знание основного учебно-программного материала в минимальном объеме, достаточном для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, знакомый с основной литературой. Как правило, оценка «удовлетворительно», выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе на экзамене, но обладающим необходимым потенциалом для их устранения под руководством преподавателя;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в ответе на экзамене.

#### **Примерная тематика курсовых работ:**

1. Социальные функции направлений физкультурного движения (спортивного движения).
2. Система принципиальных положений, регламентирующих физическое воспитание (подготовку спортсменов).
3. Возможности использования методов строго регламентированного упражнения (игрового, соревновательного) в процессе физического воспитания (подготовки спортсменов).
4. Методика обучения двигательным действиям.

5. Оптимизация процесса обучения двигательным действиям.
6. Основы регулирования массы тела (коррекции телосложения).
7. Возможности использования природных и гигиенических факторов в качестве средств физического воспитания.
8. Нравственное (трудовое, эстетическое, умственное) воспитание в процессе физического воспитания.
9. Средства и методы воспитания силовых (скоростных, координационных) способностей.
10. Общая (специальная) выносливость и методика ее воспитания.
11. Формы занятий физическими упражнениями.
12. Планирование и контроль в процессе физического воспитания (подготовки спортсменов).
13. Тенденции развития спортивных достижений.
14. Проблема регламентации соревновательной практики спортсменов.
15. Проблема оптимизации индивидуальной системы соревнований.
16. Значение анализа структуры соревновательной деятельности для совершенствования подготовки спортсменов.
17. Совершенствование двигательных способностей в большом цикле подготовки спортсменов.
18. Тактико-техническая подготовка в большом цикле подготовки спортсменов.
19. Структура отдельного тренировочного занятия (микроцикла, мезоцикла подготовки спортсменов).
20. Основы периодизации подготовки спортсменов.
21. Подготовка спортсмена как многолетний процесс.
22. Физическая культура и спорт как компоненты здорового образа жизни.
23. Способы оценки физической подготовленности контингента основных возрастно-половых групп.
24. Основы методики общей физической подготовки контингента основных возрастно-половых групп.
25. Основы профессионально-прикладной (производственной) физической культуры.
26. Основы методики использования тренажеров в процессе физического воспитания.
  - а) критерии оценивания компетенций (результатов) при выполнении курсовых работ

Оценочное средство	Критерии оценки
Курсовая работа	<p><b>Знание</b> предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни</p> <p><b>Умение</b> организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни; достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности.</p> <p><b>Владение</b> навыками здорового образа жизни</p> <p><b>Соответствие содержания и структуры курсовой работы</b> теме и цели, требованиям и стандартам управления.</p> <p><b>Глубина и полнота исследования темы.</b></p> <p><b>Самостоятельность выполнения курсовой работы.</b></p>

б) описание шкалы оценивания

Выставляемая оценка	Описание шкалы оценивания
«отлично»	<p>Знает предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни.</p> <p>Умеет организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни; достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности.</p> <p>Владеет навыками здорового образа жизни.</p> <p>Содержание и структуры курсовой работы соответствует теме и цели,</p>

	<p>требованиям и стандартам оформления.</p> <p>Тема исследована полно, с использованием актуальной научной и учебной литературы и прочих источников информации. Степень самостоятельности (оригинальности) не менее 70%.</p>
<b>«хорошо»</b>	<p>Знает предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни.</p> <p>Умеет организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни; достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности.</p> <p>Владеет навыками здорового образа жизни.</p> <p>Содержание и структуры курсовой работы соответствует теме и цели, требованиям и стандартам оформления.</p> <p>Тема исследована с использованием актуальной научной и учебной литературы и прочих источников информации. Степень самостоятельности (оригинальности) не менее 60%.</p>
<b>«удовлетворительно»</b>	<p>Знает поверхностно предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни.</p> <p>Затрудняется в применении умения достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности, навыков здорового образа жизни.</p> <p>Имеются замечания по содержанию, структуре и оформлению курсовой работы.</p> <p>Тема исследована недостаточно полно, круг источников информации ограничен или недостаточно актуален ограничен. Степень самостоятельности (оригинальности) не менее 50%.</p>
<b>«неудовлетворительно»</b>	<p>Знает поверхностно предметную область, систему, содержание понятий в области физической культуры, спорта, основ здорового образа жизни.</p> <p>Затрудняется в применении умения достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности, навыков здорового образа жизни.</p> <p>Содержанию, структура и оформление курсовой работы не соответствует требованиям,</p> <p>Тема исследована недостаточно полно, круг источников информации ограничен или недостаточно актуален ограничен. Степень самостоятельности (оригинальности) менее 50%.</p>

### 6.2.2 Оценочные средства для текущего контроля

Тест состоит из заданий различной трудности:

- легкие с коэффициентом трудности 1 (КТ-1): 6 заданий вида "верно/неверно";
- 6 заданий с выбором одного правильного ответа из четырех предложенных;
- средней трудности с коэффициентом трудности 2 (КТ-2); 6 заданий с выбором нескольких правильных ответов из нескольких предложенных; 6 заданий на определение последовательности;
- высокой трудности с коэффициентом трудности 3 (КТ-3); 6 заданий на установление соответствия.

Ответы указываются на специальном бланке с таблицей номеров заданий.

Алгоритм проверки

- За правильный ответ на вопрос легкой степени трудности испытуемый получает 1 балл, средней степени - 2 балла, высокой трудности - 3 балла.

- За неправильный или неуказанный ответ - 0 баллов.

- Максимальная сумма баллов - 54 , тестовое задание считается выполненным, если сумма набранных баллов составляет от 30 баллов.

<p>1. Выберите правильный ответ: под формами занятий в физическом воспитании понимают:</p>	<p>Варианты ответов:            1. А) Способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи преподавателя и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий;            В) Упорядоченные виды деятельности преподавателя и учащихся, направленные на достижение заданной цели обучения;            С) Совокупность путей, способов достижения целей, решение задач образования;            Д) Виды учебных занятий с целью совершенствования двигательных умений и навыков и развития физических качеств.</p>	
<p>2. Установите правильную последовательность: содержание занятий урочного типа:</p>	<p>А) Физиологические и психические процессы;            В) Деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений;            С) Деятельность педагога;            Д) Состав физических упражнений.</p>	
<p>3. Выберите несколько правильных ответов: уроки со специально воспитательной направленностью:</p>	<p>А) С избирательными воспитательными воздействиями;            В) С образовательной направленностью;            С) С многосторонними воздействиями;            Д) Контрольные</p>	
<p>4. Верно ли, что особенность методических уроков является направленностью на профессионально-педагогическую подготовку?</p>	<p>А) Верно;            В) Неверно.</p>	
<p>5. Установите соответствие: содержание урока физического воспитания:</p>	<p>1. Обычно их совокупность рассматривается как все содержание урока, но это лишь обобщенное предметное содержание урока, одна из сторон более широкого целостного содержания</p>	<p>А) Содержание деятельности педагога</p>
	<p>2. Эта сторона содержания урока складывается из весьма разнообразных интеллектуальных и физических действий, осмысливание, мысленное проектирование предстоящих действий. Это главная сторона содержания урока</p>	<p>В) Психофизические процессы и изменения в состоянии занимающихся</p>
	<p>3. Эта сторона содержания урока призвана играть направляющую, контролирующую и стимулирующую роль</p>	<p>С) Содержание деятельности занимающихся</p>
	<p>4. Процессы и изменения, приводящие постепенно к накоплению намеченных сдвигов в функциях различных систем организма</p>	<p>Д) Состав включаемых в урок физических упражнений</p>
<p>6. Выберите правильный ответ: основными средствами физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста являются:</p>	<p>А) Физические упражнения;            В) Оздоровительные силы природы;            С) Гигиенические факторы;            Д) Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.</p>	
<p>7. Установите правильную последовательность: к оздоровительным задачам относятся:</p>	<p>А) Воспитание физических способностей;            В) Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов;            С) Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки;            Д) Повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания.</p>	
<p>8. Выберите несколько правильных ответов: периодизация дошкольного возраста:</p>	<p>А) Новорожденный первые 3 месяца;            В) Грудной (младенческий) до 1 года;            С) Раннее детство от 1 до 3-х лет;            Д) Первое детство 4-7 лет.</p>	
<p>9. Верно ли, что первые годы жизни ребенка характеризуются быстрыми темпами роста и развития</p>	<p>А) Верно;            В) Неверно.</p>	

организма?		
10. Установите соответствие: особенности развития движений у детей дошкольного возраста:	1. Самостоятельно садится. Свободно переворачиваться с живота на спину. Пытаться ползать на четвереньках, играть игрушками	А) 2 года
	2. Ползает, подлезает и перелезает через различные предметы играет мячом (бросает, кидает)	В) 6 месяцев
	3. Бегает, прыгает на двух и даже на одной ноге, лазает по гимнастической стенке, ловит и бросает мяч, ездит на 3-х колесном велосипеде. Способен последовательно выполнять несколько двигательных действий подряд, передвигаться на лыжах	С) 6 лет
	4. Успешно осваивает прыжки в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой, лазание по шесту, канату, гимнастической стенке, метание на дальность и в цель. В движениях появляются выразительность, плавность и точность	Д) 3 -4 года
11. Выберите правильный ответ: в школьном возрасте использование большего разнообразия физических упражнений базируется на основе положений, которые отражены в общих принципах отечественной системы физического воспитания:	<p>А) Принцип всестороннего развития личности, принцип связи физического воспитания с трудовой и военной практикой, принцип оздоровительной направленности;</p> <p>В) Принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;</p> <p>С) Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания, принцип циклического построения занятий;</p> <p>Д) Принцип постепенного наращивания развивающе - тренирующих действий.</p>	
12. Установите правильную последовательность: знание возрастных особенностей позволяет:	<p>А) Не упускать наиболее выгодные периоды для углубленного воздействия в определенном направлении;</p> <p>В) На основе знания типичных особенностей учащихся, обеспечивать дифференцированный подход в соответствии с уровнем физической подготовленности;</p> <p>С) Опирается на прогрессивные изменения в организме и сглаживать трудности роста;</p> <p>Д) Правильно оценивать возможности детей, точнее определить меру доступного.</p>	
13. Выберите несколько правильных ответов: задачи физического воспитания:	<p>А) Содействие гармоничному развитию растущего организма и подготовка его к постепенно увеличивающимся нагрузкам;</p> <p>В) Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развития двигательных качеств;</p> <p>С) Закаливание - повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;</p> <p>Д) Правильно организованный двигательный режим.</p>	
14. Верно ли, что наиболее ответственной является задача создания школы движений в младшем школьном возрасте?	<p>А) Верно;</p> <p>В) Неверно.</p>	
15. Установите соответствие: задачи физического воспитания 1 - 4 классов:	1. Содействие гармоничному физическому развитию, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды	А) Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями
	2. Точно воспроизводить и дифференцировать пространственные, временные и силовые параметры движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигнал	В) Основы теоретических знаний
	3. Влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей	С) Укрепление здоровья
	4. Занятия физическими упражнениями, подвижными играми, на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности	Д) Развитие координационных способностей

16. Выберите правильный ответ: формы организации физического воспитания в режиме учебного дня школьников:	<p>А) Соревнования;  В) Занятия в секции по видам спорта;  С) Подвижные перемены;  Д) Физкультурный праздник.</p>								
17. Установите правильную последовательность: форм активного отдыха в режиме школьного дня:	<p>А) Перемены с организованными играми;  В) В группах продленного дня "спортивный час";  С) Физкультурная пауза;  Д) Гимнастика до занятий.</p>								
18. Выберите несколько правильных ответов: форм организации физического воспитания в школе:	<p>А) Утренняя гигиеническая гимнастика;  В) Занятия в школьной секции;  С) Урок физической культуры;  Д) Походы, ориентирование на местности.</p>								
19. Верно ли, что в младшем школьном возрасте самостоятельная двигательная активность меньше чем в среднем возрасте?	<p>А) Верно;  В) Неверно.</p>								
20. Установите соответствие: форм организации физического воспитания:	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="692 622 1235 721">1. Эта форма проводится по государственной программе и создает основу физического образования</td> <td data-bbox="1235 622 1505 721">А) Внеклассные формы организации</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 721 1235 779">2. Обязательный " спортивный час" двигательной активности</td> <td data-bbox="1235 721 1505 779">В) Урок физической культуры</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 779 1235 846">3. Занятия по видам спорта и соревнования</td> <td data-bbox="1235 779 1505 846">С) Внешкольные формы</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 846 1235 936">4. Физкультурные праздники</td> <td data-bbox="1235 846 1505 936">Д) Формы активного отдыха</td> </tr> </table>	1. Эта форма проводится по государственной программе и создает основу физического образования	А) Внеклассные формы организации	2. Обязательный " спортивный час" двигательной активности	В) Урок физической культуры	3. Занятия по видам спорта и соревнования	С) Внешкольные формы	4. Физкультурные праздники	Д) Формы активного отдыха
1. Эта форма проводится по государственной программе и создает основу физического образования	А) Внеклассные формы организации								
2. Обязательный " спортивный час" двигательной активности	В) Урок физической культуры								
3. Занятия по видам спорта и соревнования	С) Внешкольные формы								
4. Физкультурные праздники	Д) Формы активного отдыха								
21. Выберите правильный ответ: базовая часть программного материала состоит из:	<p>А) Основ знаний о физической культуре;  В) Нравственное воспитание;  С) Умственное воспитание;  Д) Трудовое воспитание.</p>								
22. Установите правильную последовательность: уровень развития физической культуры учащихся, окончивших начальную школу:	<p>А) Демонстрировать физические способности;  В) Иметь обширную "школу движений";  С) Знать и иметь представление в области физической культуры и спорта;  Д) Уметь организовывать и проводить самостоятельные занятия.</p>								
23. Выберите несколько правильных ответов: способы физкультурно-оздоровительной деятельности:	<p>А) Самостоятельно выполнять упражнения утренней гимнастики;  В) Закаливающие процедуры;  С) Осуществлять соревновательную деятельность по одному виду спорта;  Д) Применять подвижные игры и другие физические упражнения с целью укрепления здоровья.</p>								
24. Верно ли, что структура школьной программы состоит из 4-х частей?	<p>А) Верно;  В) Неверно.</p>								
25. Установите соответствие: комплексная программа по физической культуре состоит из 4-х взаимосвязанных частей:	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="692 1585 1209 1800">1) Каждая школа в соответствии с собственными условиями может самостоятельно разнообразить содержание, организацию и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также изменять и дополнять их</td> <td data-bbox="1209 1585 1505 1800">А) Урок физической культуры</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 1800 1209 1926">Данный раздел программы объединяет содержание форм физического воспитания в спортивных секциях, кружках физической культуры и др.</td> <td data-bbox="1209 1800 1505 1926">В) Внеклассные формы физического воспитания</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 1926 1209 2078">2) Цель этой части программы - пропаганда физической культуры и спорта, приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой</td> <td data-bbox="1209 1926 1505 2078">С) Физкультурно - оздоровительные мероприятия</td> </tr> <tr> <td data-bbox="692 2078 1209 2139">3) Эта часть программы направлена на развитие физических</td> <td data-bbox="1209 2078 1505 2139">Д) Физкультурно - массовые и спорт.</td> </tr> </table>	1) Каждая школа в соответствии с собственными условиями может самостоятельно разнообразить содержание, организацию и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также изменять и дополнять их	А) Урок физической культуры	Данный раздел программы объединяет содержание форм физического воспитания в спортивных секциях, кружках физической культуры и др.	В) Внеклассные формы физического воспитания	2) Цель этой части программы - пропаганда физической культуры и спорта, приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой	С) Физкультурно - оздоровительные мероприятия	3) Эта часть программы направлена на развитие физических	Д) Физкультурно - массовые и спорт.
1) Каждая школа в соответствии с собственными условиями может самостоятельно разнообразить содержание, организацию и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также изменять и дополнять их	А) Урок физической культуры								
Данный раздел программы объединяет содержание форм физического воспитания в спортивных секциях, кружках физической культуры и др.	В) Внеклассные формы физического воспитания								
2) Цель этой части программы - пропаганда физической культуры и спорта, приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой	С) Физкультурно - оздоровительные мероприятия								
3) Эта часть программы направлена на развитие физических	Д) Физкультурно - массовые и спорт.								

	способностей, обучение двигательным умениям и навыкам, творческому применению полученных знаний	мероприятия								
26. Выберите правильный ответ: педагогическая технология - это:	<p>А) Основанное на общих принципах описание педагогической деятельности в определенных условиях для достижения определенной цели;</p> <p>В) Систематичное и последовательное воплощение на практике заранее спроектированного учебно-воспитательного процесса;</p> <p>С) Упорядоченная деятельность педагога и учащихся, направленная на достижение цели;</p> <p>Д) Процесс, в ходе которого на основе познания, упражнения и приобретенного опыта возникают новые формы поведения и деятельности, изменяются ранее приобретенные.</p>									
27. Установите правильную последовательность: разработки основных документов планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе:	<p>А) План - конспект;</p> <p>В) Тематический план на четверть;</p> <p>С) Годовой план - график учебного процесса;</p> <p>Д) Общешкольный план работы по физическому воспитанию.</p>									
28. Выберите несколько правильных ответов: в зависимости от сроков деятельности различают планы:	<p>А) Перспективное планирование;</p> <p>В) Срочное планирование;</p> <p>С) Текущее планирование;</p> <p>Д) Оперативное планирование;</p> <p>Е) Четвертное планирование.</p>									
29. Верно ли, что годовой план - график является перспективным планированием?	<p>А) Верно;</p> <p>В) Неверно.</p>									
30. Установите соответствие: этапов планирования:	<table border="1"> <tr> <td>1. Этот этап связан с определением числа двигательных умений и навыков, которые необходимо запланировать на отдельное занятие</td> <td>А) 1-й этап планирования</td> </tr> <tr> <td>2. Определение объема материала, который предстоит освоить учащимся данного класса в учебном году</td> <td>В) 3-й этап</td> </tr> <tr> <td>3. Распределение намеченного материала по урокам учебного года, при этом необходимо предусматривать четкую последовательность прохождения учебных тем</td> <td>С) 4-й этап</td> </tr> <tr> <td>4. Этот этап требует от учителя знания закономерностей развития основных физических качеств, наиболее благоприятных периодов их совершенствования</td> <td>Д) 2-й этап</td> </tr> </table>		1. Этот этап связан с определением числа двигательных умений и навыков, которые необходимо запланировать на отдельное занятие	А) 1-й этап планирования	2. Определение объема материала, который предстоит освоить учащимся данного класса в учебном году	В) 3-й этап	3. Распределение намеченного материала по урокам учебного года, при этом необходимо предусматривать четкую последовательность прохождения учебных тем	С) 4-й этап	4. Этот этап требует от учителя знания закономерностей развития основных физических качеств, наиболее благоприятных периодов их совершенствования	Д) 2-й этап
1. Этот этап связан с определением числа двигательных умений и навыков, которые необходимо запланировать на отдельное занятие	А) 1-й этап планирования									
2. Определение объема материала, который предстоит освоить учащимся данного класса в учебном году	В) 3-й этап									
3. Распределение намеченного материала по урокам учебного года, при этом необходимо предусматривать четкую последовательность прохождения учебных тем	С) 4-й этап									
4. Этот этап требует от учителя знания закономерностей развития основных физических качеств, наиболее благоприятных периодов их совершенствования	Д) 2-й этап									

### 6.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на семинарах и практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценке компетенций принимается во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня культуры, этические навыки.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки (1 раз в неделю).

2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и студентами группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание. Так идет накопление знаний, на проверку которых направлены такие оценочные средства как подготовка докладов, дискуссии, устный опрос, коллоквиум. Далее на пятой неделе семестра проводится контрольная работа, позволяющая оценить не только знания, но и умения студентов по их применению. В следующие недели семестра делается акцент на компонентах «уметь» и «владеть» посредством выполнения типовых задач с возрастающим уровнем сложности. На последних неделях семестра предусмотрены устные опросы и коллоквиум с практико-ориентированными вопросами и заданиями. На заключительном практическом занятии проводится тестирование по дисциплине.

Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице.

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
1.	Доклад, сообщение	Доклад - продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-исследовательской или научной темы. Тематика докладов выдается на первом занятии, выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. На подготовку дается одна неделя. Результаты озвучиваются на втором практическом занятии, регламент – 7 мин. на выступление. В оценивании результатов наравне с преподавателем принимают участие студенты группы.	Темы докладов
2.	Дискуссия	Осуществляется по итогам каждого доклада. Дискуссия - оценочное средство, позволяющее включить обучающихся в процесс обсуждения представленной темы, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Перечень тем для дискуссии
3.	Коллоквиум	Организуется как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися по заданному разделу дисциплины. Служит формой не только проверки, но и повышения знаний обучающихся. На коллоквиумах обсуждаются отдельные темы и вопросы изучаемого курса, требующие самостоятельного изучения, а также рефераты, проекты и иные работы обучающихся. Во время проведения коллоквиума оценивается способность студента правильно сформулировать ответ, умение выражать свою точку зрения по данному вопросу, ориентироваться в терминологии и применять полученные в ходе лекций и практик знания.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4.	Контрольная работа	Осуществляется на практическом занятии по разделу 4 как средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа.	Комплект контрольных заданий по вариантам
5.	Разно-уровневые	Выполняются на практических занятиях по	Комплект типовых

	задачи и задания	разделам 5, 7-10 дисциплины в компьютерных классах с наличием графического редактора Microsoft Visio. Используются задачи следующего уровня: а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей.	задач
6.	Устный опрос	Устный опрос по основным терминам может проводиться в начале/конце лекционного или практического занятия в течение 15-20 мин. Либо устный опрос проводится в течение всего практического занятия по заранее выданной тематике. Выбранный преподавателем студент может отвечать с места либо у доски.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
7.	Тест	Проводится на заключительном практическом занятии. Позволяет оценить уровень знаний студентами теоретического материала по дисциплине. Осуществляется на бумажных носителях по вариантам. Количество вопросов в каждом варианте - 20. Отведенное время на подготовку – 60 мин.	Фонд тестовых заданий
8.	Экзамен	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. Экзамен проходит в форме собеседования по билету. Каждый билет включает два теоретических вопроса и одно практико-ориентированное задание. При выставлении оценок учитывается уровень приобретенных компетенций студента. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практико-ориентированными заданиями. Аудиторное время, отведенное студенту, на подготовку - 20 мин.	Комплект билетов к экзамену

## 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Наименование (автор, название)	Год издания	Наличие в библиотеке (кол-во экз.)
	Основная литература		
1.	Евсеев Ю. И. Физическая культура [Текст] : учебное пособие : [16+] / Ю. И. Евсеев. - Изд. 9-е ; стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 444, [3] с.	2014	10
2.	Левина И. Л. Психолого-физиологические основы физической культуры [Текст] : учебное пособие для вузов / И. Л. Левина. - Новокузнецк : [КузГПА], 2011. - 184 с.	2011	20
	Дополнительная литература		

1.	Блеер А. Н. Терминология спорта [Текст] : толковый словарь-справочник: более 10 000 терминов / А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - Москва : Академия, 2010. - 459 с.	2010	1
2.	Евсеев Ю. И. Физическое воспитание [Текст] : учебное пособие для вузов / Ю. И. Евсеев. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 380 с.	2010	1
3.	Васильков А.А. Теория и методика спорта [текст]: учебник для вузов\ А.А.Васильков -Ростов н\Д:феникс 2008-379	2008	1
4.	Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учебное пособие для вузов\Ж.К.Холодов,.В.С.Кузнецов-изд.6-е.-М.:Академия 2008-479	2008	6

## **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://lib.sportedu.ru/> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. <https://slovari.yandex.ru/~книги/Олимпийская%20энциклопедия/> -Большая олимпийская энциклопедия
3. <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/> - Теория и практика физической культуры

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

*А. Для подготовки к семинарским занятиям необходимо:*

- 1) Откопировать планы семинарских занятий (Приложение 1).
- 2) Для подготовки к семинарам использовать 2-3 издания из списка основной литературы, рекомендованной к занятиям.
- 3) Для подготовки к отдельным вопросам использовать дополнительную литературу, указанную к данному занятию.
- 4) Составить краткий конспект по каждому вопросу, лучше в виде схемы.
- 5) Внести основные термины в глоссарий (словарь).

*Б. Для подготовки по разделу: Самостоятельная работа*

Контроль самостоятельной работы организуется в двух формах:

- текущий контроль основных видов самостоятельной работы осуществляется на практических занятиях
- контроль письменных работ осуществляется во внеучебное время.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- обоснованность и чёткость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями.

*Виды самостоятельной работы для овладения знаниями:*

- чтение текстов (учебника, первоисточников, дополнительной литературы);
- составление плана;
- графическое изображение структуры текста;
- конспектирование текста;
- работа со словарями, справочниками и нормативными документами; учебно-исследовательская работа; использование ресурсов Интернета, компьютерной техники, аудио-и видеозаписей.

*Виды самостоятельной работы для закрепления и систематизации знаний:*

- работа с конспектом лекций (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточников, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
- составление плана и тезисов ответа;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;

- ответы на вопросы тестовых заданий.

*Виды самостоятельной работы для формирования умений:*

- решение типовых задач,
- моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

#### *Подготовка реферата*

Реферат является систематическим обзором научной литературы по какой-либо проблеме, актуальной для теории и методики физической культуры и спорта. Структура реферата включает в себя вводную, основную части, заключение и список реферируемой литературы. Во вводной части: раскрывается основное содержание проблемы, характеризуются сложившиеся (два-три) подходы к решению проблемы, представленные в реферируемых работах. В основной части реферата дается краткое изложение содержания основных работ (не более трех-четырех ключевых тезисов на каждую работу). В заключении: дается мотивированная оценка каждого из подходов к решению проблемы, выделяется наиболее перспективный из них (с точки зрения автора реферата). Список литературы должен включать в себя не менее трех работ. Общий объем доклада – не более 4-х страниц компьютерного текста, размер шрифта - 12 пикселей.

*Для подготовки реферата необходимо:*

- 1) Из списка тем выбрать интересующее название.
- 2) Используя предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме.
- 3) Составить план реферата. Как правило, обязательными пунктами плана должны быть следующие:
  1. Определение понятия (понятий).
  2. История рассмотрения данного вопроса.
  3. Роль и место данного феномена в современной психологической науке.
  4. Практическое значение данного феномена в психолого-педагогической практике
- 4) Написать (напечатать) текст, оформить титульный лист, указать список литературы.

*Доклад (сообщение):*

Доклад представляет собой изложение той или иной проблемы, имеющей существенное значение для современной теории и/или практики возрастной психологии. Структура доклада включает в себя введение, основную часть и заключение. Во введении: раскрывается актуальность избранной темы, дается определение объекта, предмета, цели и задач доклада, обосновывается принятая логика (последовательность) изложения. В основной части доклада: формулируется и обосновывается авторская гипотеза (предлагаемый автором доклада подход к решению поставленных во введении задач), дается поэтапное изложение авторского решения проблемы. В заключении: кратко излагаются основные результаты доклада (в виде трех-четырех взаимосвязанных, последовательно развиваемых тезисов), формулируются выводы практического характера. Общий объем доклада - не более 2-х страниц компьютерного текста, размер шрифта-12.

*Для подготовки сообщения (доклада):*

- 1) Выбрать из списка заданий для самостоятельной работы интересующую тему.
- 2) Используя предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме.
- 3) Подготовить текст сообщения (не более 1,5-2 страниц машинописного или рукописного текста).
- 4) Доложить на семинарском занятии.

*Г. Для подготовки к экзамену:*

- 1) Ознакомиться с перечнем вопросов к экзамену.
- 2) Прочитать записи лекций.
- 3) Прочитать конспекты семинарских занятий.
- 4) Внести недостающие термины в глоссарий.
- 5) С вопросами, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным в списке основной литературы учебным пособиям.

## **используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Теория и методика физической культуры» широко используются информационные технологии такие как:

1. Чтение лекций с использованием электронного конспекта слайд-лекций.
2. Проведение практических занятий на базе компьютерных классов.
3. Просмотр видео материалов.
4. Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.

## **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

1. Демонстрация материалов лекций, семинарских, практических занятий, учебных и научных видеоматериалов при помощи мультимедийного проектора.
2. Демонстрация материалов лекций, семинарских, практических занятий, учебных и научных видеофильмов при помощи видеоаппаратуры.
3. Организация дистанционной формы обучения, контакт обучающегося с компьютером, доступ к образовательным ресурсам при помощи дистанционного сервера.
4. Доступ к образовательным ресурсам во время самостоятельной работы студентов, работа с мультимедийными материалами на практических занятиях.
5. Использование комплектов раздаточных материалов на практических занятиях

## **12. Иные сведения и (или) материалы**

### **12.1. Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Для успешного освоения дисциплины сочетаются традиционные и инновационные образовательные технологии, которые обеспечивают достижение планируемых результатов обучения по ООП. Реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе интерактивных форм проведения занятий в объеме 16 часов.

Основными образовательными технологиями, используемыми в обучении по дисциплине «Теория и методика физической культуры», являются:

- технологии активного и интерактивного обучения – дискуссии, лекция-беседа, лекция–дискуссия, разбор конкретных ситуаций, просмотр и обсуждение видеофильмов, творческие задания, работа в малых группах;
- технологии проблемного обучения - практические задания и вопросы проблемного характера;
- технология дифференцированного обучения - обеспечение адресного построения учебного процесса, учет способностей студента к тому или иному роду деятельности.

Главный акцент при изучении дисциплины «Теория и методика физической культуры» делается на его теоретическую и практическую часть – освоение методики культурно-просветительской программы, проектирование, организация, реализация и оценивание результатов процесса физического воспитания и спортивной подготовки, а также учитывание особенностей возрастного развития личности при проектировании технологий и реализации и оценивания результатов обучения, воспитания в сфере ФКиС.

### **12.2 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение по дисциплине инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) осуществляется преподавателем с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Для студентов с нарушениями опорно-двигательной функции и с ОВЗ по слуху предусматривается сопровождение лекций и практических занятий мультимедийными средствами, раздаточным материалом.

Для студентов с ОВЗ по зрению предусматривается применение технических средств усиления остаточного зрения, а также предусмотрена возможность разработки аудиоматериалов.

По данной дисциплине обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья может осуществляться как в аудитории, так и дистанционно с использованием возможностей электронной образовательной среды (образовательного портала) и электронной почты.

В ходе аудиторных учебных занятий используются различные средства интерактивного обучения, в том числе, групповые дискуссии, мозговой штурм, деловые игры, проектная работа в малых группах, что дает возможность включения всех участников образовательного процесса в активную работу по освоению дисциплины. Такие методы обучения направлены на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения, способствуют сплочению группы и обеспечивают возможности коммуникаций не только с преподавателем, но и с другими обучаемыми, сотрудничество в процессе познавательной деятельности.

Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья может производиться по утвержденному индивидуальному графику с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, что подразумевает индивидуализацию содержания, методов, темпа учебной деятельности обучающегося, возможность следить за конкретными действиями студента при решении конкретных задач, внесения, при необходимости, требуемых корректировок в процесс обучения.

Предусматривается проведение индивидуальных консультаций (в том числе консультирование посредством электронной почты), предоставление дополнительных учебно-методических материалов (в зависимости от диагноза).

### **Сведения о разработке и утверждении рабочей программы дисциплины**

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.8.2 «Теория и методика физической культуры» компонента «Дисциплины по выбору» вариативной части профессионального цикла и разработана в соответствии с ФГОС-3 для профиля «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» и утверждена в комплекте с ОПОП направления подготовки 43.03.02 Туризм.

Автор: Н. А. Петухова, к.п.н., доцент

*Макет рабочей программы дисциплины разработан в соответствии с приказом Минобрнауки России от 19.12.2013 № 1367, одобрен научно-методическим советом (протокол № 8 от 09.04.2014 г.) и утвержден приказом ректора от 23.04.2014 № 224/10.*

*Макет обновлён с поправками в части подписей на титульной странице, п.3 добавлена строка для указания часов, проводимых в активной и интерактивной формах обучения, добавлен п. 12.1 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (протокол НМС № 6 от 15.04.2015 г.), утвержден приказом ректора.*