

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт физического воспитания и спорта

Кафедра теории и методики физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Директор института физического
воспитания и спорта

А.А. Губарев

20 15 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

По направлению подготовки - 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки - Физкультурное образование

Квалификация выпускника - бакалавр

Форма обучения очная / заочная

Курс – 2 курс (3, 4 семестр), 3 курс (5, 6 семестр), 4 курс (7 семестр) – ОФО;

2 курс (4, 5, 6 триместр), 3 курс (7, 8 триместр), 4 курс (семестр А) – ЗФО

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Физкультурное образование очной, заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура, утверждённым приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 №940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утверждённым Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 №544н (с изменениями и дополнениями).

СОСТАВИТЕЛИ:

Заведующий кафедры теории и методики физического воспитания, к.п.н., доцент Богданова Елена Витальевна

Преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания Мещеряков Александр Ильич

Утверждена на заседании кафедры теории и методики физического воспитания.

Протокол от «24» 12 2024 г. № 4
Заведующий кафедрой ТМФВ Богданова Е.В. Богданова

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института физического воспитания и спорта

Протокол от «14» 01 2025 г. № 5
Председатель учебно-методической комиссии ИФВС Загной Т.В. Загной

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования Савенков В.В. Савенков

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Целью изучения учебной дисциплины является– формирование у студентов 2- 4 курсов очной и заочной форм обучения конкретных знаний и профессионально-педагогических умений по основам теории и методики физического воспитания в области общих вопросов теории и методики физического воспитания; методики физического воспитания различных групп населения, а также спорта и спортивной подготовки.

Задачи изучения учебной дисциплины:

- формирование системы теоретических знаний основных категорий теории физической культуры;
- характеристика основных подходов к познанию средств, форм, методов формирования двигательных умений и навыков, развитию физических качеств;
- трансформация полученных теоретических знаний в проекцию возможных вариантов практического решения на основе спортивной специализации студентов;
- формирование системы профессиональных знаний и умений теории и методики физического воспитания различных групп населения;
- овладение методикой проведения урока физической культуры, планирования учебной работы, оценки деятельности школьников в соответствии с современными требованиями;
- формирование системы знаний и умений организации и проведения внеклассных, внешкольных форм занятий физической культурой;
- реализация творческих возможностей студентов в процессе моделирования различных ситуаций будущей профессиональной деятельности, которые составляют теоретическую, методическую и практическую основу использования средств, форм и методов физического воспитания для гармонического развития личности, достижения физического совершенствования, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни.
- формирование профессиональных знаний и умений теории и методики спорта и спортивной подготовки, особенностей спортивной подготовки в системе физического воспитания школьников и студентов, проведения занятий в спортивных секциях по определенному виду спорта в системе внеклассной и внешкольной работы, организации и проведения спортивных соревнований.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина «Теория и методика физического воспитания» входит в базовую часть (обязательную) часть формируемую участниками образовательных отношений, профессионального блока дисциплин

подготовки студентов по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, (профиль подготовки «Физкультурное образование»).

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

Знания:

- особенности физического воспитания как социальной системы;
- средства физического воспитания и их воздействие на здоровье детей в процессе физического воспитания в школе;
- особенности обучения в физическом воспитании;
- общин принципы, принципы обучения и принципы построения занятий;
- методы обучения в физическом воспитании;
- структура обучения двигательным действиям;
- методика развития двигательных качеств;
- параметры нагрузки и отдыха на занятиях физической культурой, а также формы организации занятий физической культурой в различных звеньях системы физического воспитания.

Умения:

- творчески использовать знания по теории и методики физического воспитания в процессе решения педагогических, учебно-воспитательных, научно-методических заданий.
- в зависимости от возраста, пола, подготовленности занимающихся формировать цели и задачи физкультурно-спортивных занятий;
- организовывать и проводить физкультурно-спортивные занятия с различным контингентом занимающихся от новичков до квалифицированных спортсменов и физкультурников;
- применять на занятиях по физической культуре и спорту средства и методы, адекватные поставленным задачам;
- использовать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфо-функциональных и индивидуально-психических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья;

Навыки:

- разрабатывать современные технологии проведения занятий в школах и других учебных заведениях;
- средствами и методами обучения в процессе физического воспитания школьников;
- навыками составления алгоритма обучения двигательным действиям, развития двигательных качеств: силы, выносливости, гибкости, быстроты, ловкости;
- определять, анализировать и оценивать уровень физического развития и физической подготовленности на основе использования тестов и

контрольных упражнений.

– приобщать людей различных групп населения к занятиям физической культурой, формировать у них концепцию жизни с установкой на здоровый образ жизни, максимальную самореализацию, повышение качества жизни.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Анатомия», «Физиология», «Педагогика», «Психология» и служит основой для освоения дисциплины «Теория и методика физического воспитания».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1- знать ОПК-1.2 - уметь ОПК-1.3- владеть	Знает: <ul style="list-style-type: none"> - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;

		<ul style="list-style-type: none"> - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения
--	--	--

		<p>занятий по базовым видам спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта и др.; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и др.; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и др.; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в индивидуальном виде спорта; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в индивидуальном виде спорта; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в индивидуальном виде спорта; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в индивидуальном виде спорта; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в индивидуальном виде спорта. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической
--	--	--

		<p>культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта и др; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке и др; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по индивидуальному виду спорта;
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по индивидуальному виду спорта; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по индивидуальному виду спорта в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в индивидуальном виде спорта; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по индивидуальному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - навыками проведения анатомического анализа физических упражнений; - навыками биомеханического анализа статических положений и движений человека; - навыками планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке и др; - навыками планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки и др; - навыками планирования учебно-тренировочных занятий по индивидуальному виду спорта; - навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - навыками планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - навыками планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
--	--	---

		- навыками планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
--	--	--

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы очной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)		
	Очная форма 2 курс	Очная форма 3 курс	Очная форма 4 курс
Общая учебная нагрузка (всего)	162 (4,5 зач. ед)	162 (4,5 зач. ед)	108 (3,0 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	62	54	32
Лекции	38	32	20
Семинарские занятия	-	-	
Практические занятия	24	22	12
Лабораторные работы	-	-	
Контрольные работы (презентации)	-	-	
КСР	27	27	31
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-	
Другие формы и методы организации образовательного процесса (групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.)	-	-	
Самостоятельная работа студента (всего)	73	81	45
Итоговая аттестация	экзамен	экзамен	зачет

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы заочной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)		
	Заочная форма 2 курс	Заочная форма 3 курс	Заочная форма 4 курс
Общая учебная нагрузка (всего)	180 (5 зач. ед)	144 (4 зач. ед)	108 (3,0 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	20	28	8
Лекции	12	8	4
Семинарские занятия	-	-	
Практические занятия	8	8	4
Лабораторные работы	-	-	
Контрольные работы (презентации)	-	-	

КСР	12	12	8
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-	
Другие формы и методы организации (групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.)	-	-	
Самостоятельная работа студента (всего)	148	116	92
Итоговая аттестация	экзамен	экзамен	зачет

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

2-й курс

Тема 1. Предмет и содержание теории и методики физической культуры;

Тема 2. Система физического воспитания;

Тема 3. Средства физического воспитания;

Тема 4. Основные принципы в сфере физического воспитания;

Тема 5. Методы обучения в физическом воспитании;

Тема 6. Особенности обучения в физическом воспитании;

Тема 7. Нагрузка и отдых как компоненты выполнения физических упражнений;

Тема 8. Методика воспитания физических качеств.

3-й курс

Тема 1. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста;

Тема 2. Характеристика физического воспитания школьников;

Тема 3. Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников;

Тема 4. Методика физического воспитания школьников младших, средних и старших классов;

Тема 5. Основы оценки и контроля деятельности школьников на уроке физической культуры;

Тема 6. Планирование работы по физической культуре в школе;

Тема 7. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы;

Тема 8. Внеклассные занятия физическими упражнениями;

Тема 9. Сущность внешкольной работы школьников;

Тема 10. Физическое воспитание в детских оздоровительных лагерях;
Тема 11. Физическое воспитание учащейся и студенческой молодежи;
Тема 12. Физическое воспитание взрослого населения.

4-й курс

Тема 1. Сущность спорта и его роль в обществе;
Тема 2. Основы спортивной подготовки;
Тема 3. Особенности построения спортивной тренировки;
Тема 4. Особенности спортивной подготовки детей;

4.3. Лекции

2 курс

№	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Предмет и содержание теории и методики физической культуры	2	2
2.	Система физического воспитания	4	2
3.	Средства физического воспитания	6	2
4.	Основные принципы в сфере физического воспитания	4	-
5.	Методы обучения в физическом воспитании	4	2
6.	Особенности обучения в физическом воспитании	4	-
7.	Нагрузка и отдых как компоненты выполнения физических упражнений	2	-
8.	Методика воспитания физических качеств	12	4
Итого:		38	12

3 курс

№	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Методика физического воспитания детей дошкольного возраста	2	-
2.	Характеристика физического воспитания школьников	2	-
3.	Урок физической культуры – основная форма физического воспитания школьников	4	2
4.	Методика проведения урока физической культуры для школьников младших, средних и старших классов	4	-
5.	Основы оценки и контроля деятельности школьников на уроке физической культуры	4	2
6.	Планирование работы по физической культуре в школе	4	2
7.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы	2	-
8.	Внеклассные занятия физическими упражнениям	2	2-
9.	Сущность внешкольной работы школьников	2	-
10.	Физическое воспитание в детских оздоровительных лагерях	2	-
11.	Физическое воспитание учащейся и студенческой молодежи	2	-

12.	Физическое воспитание взрослого населения	2	-
Итого:		32	8

4 курс

№	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Сущность спорта и его роль в обществе	4	
2.	Основы спортивной подготовки	6	2
3.	Особенности построения спортивной тренировки.	6	
4.	Особенности спортивной подготовки детей.	4	2
Итого:		20	4

4.4. Практические / семинарские занятия ОФО

№ п/п	Название темы	Объем часов		
		2-й курс	3-й курс	4 -й курс
		ОФО	ОФО	ОФО
1	Общая характеристика системы физического воспитания	2	-	-
2	Характеристика средств физического воспитания	2	-	-
3	Педагогические классификации физических упражнений	2	-	-
4	Методы обучения в физическом воспитании	2	-	-
5	Двигательные умения и навыки	2	-	-
6	Структура обучения двигательным действиям	2	-	-
7	Методика воспитания силы	2	-	-
8	Методика воспитания выносливости	2	-	-
9	Методика воспитания быстроты	2	-	-
10	Методика воспитания ловкости	2	-	-
11	Методика воспитания гибкости	2	-	-
12	Защита реферата	2	-	-
13	Особенности физического воспитания детей в дошкольных учреждениях.	-	2	-
14	Аналитический обзор программно-нормативной основы физического воспитания учащихся различных возрастных групп.	-	2	-
15	Особенности методики проведения уроков физической культуры.	-	2	-
16	Педагогический анализ урока физической культуры.	-	2	-
17	Обсуждение педагогического анализа урока физической культуры.	-	1	-

18	Особенности оценки, контроля и учета успеваемости на уроке физической культуры.	-	2	-
19	Особенности планирования учебного материала на год и семестр по физической культуре в школе.	-	2	-
20	Особенности конструирования конспекта урока физической культуры.	-	2	-
21	Разработка учебных (игровых) карточек для урока физической культуры.	-	1	-
22	Аналитическое решение педагогических ситуаций, которые возникают на уроке физической культуры (по видео)	-	2	-
23	Разработка методических материалов к проведению различных форм физкультурно-оздоровительных мероприятий: - составление комплекса физических упражнений утренней гимнастики до начала учебных занятий в школе с его методическим обоснованием; - составление и обоснование комплекса физкультминуток и физкультпауз; - разработка сценария спортивного праздника (дошкольные и школьные учебные заведения).	-	2	-
24	Посещение и анализ процесса физического воспитания в различных типах учебных заведений:	-	2	-

	- организация внеклассной работы по физической культуре в школе; - физическое воспитание учащейся молодёжи (колледж); - физическое воспитание учащейся молодёжи (ВУЗ)			
25	Организация работы по физической культуре в спортивных клубах / Защита реферата	-	-	2
26	Характеристика различных видов спорта из спортивной специализации студентов.	-	-	2
27	Особенности отбора и спортивной подготовки детей.	-	-	2
28	Средства и методы спортивной тренировки.	-	-	4
29	Презентации студентов «Средства и методы спортивной тренировки в спортивной специализации студентов».	-	-	-
30	Нормативная основа организации процесса спортивной подготовки (работа с документами)	-	-	2-
Итого:		24	22	12

4.4 Практические / семинарские занятия ЗФО

№ п/п	Название темы	Объем часов		
		2-й курс	3-й курс	4 -й курс
		ЗФО	ЗФО	ЗФО
1	Характеристика средств физического воспитания	1	-	-
2	Методы обучения в физическом воспитании	1	-	-
3	Двигательные умения и навыки	1	-	-
4	Структура обучения двигательным действиям	1	-	-
5	Методика воспитания физических качеств	4	-	-
6	Особенности методики проведения уроков физической культуры.	-	2	-
7	- Внеурочная и внешкольная деятельность по физической культуре.		2	
8	Физическое воспитание учащейся молодежи. -		2	

9	Физическое воспитание взрослого населения.		2	
10	Особенности отбора и спортивной подготовки детей.	-	-	2
11	Средства и методы спортивной тренировки.	-	-	2
Итого:		8	8	4

4.6. Самостоятельная работа студентов 2-й курс

№ п/п	Название темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			ОФО	ЗФО
1	Подготовка к семинарским занятиям	Подготовка материала для обсуждения и выступления на семинарских занятиях	15	24
2	Подготовка презентаций для выступления на семинарских занятиях	Представление презентаций	8	-
3.	Самостоятельная работа с учебно-методическими пособиями в соответствии со списком обязательной литературы	Изучение отдельных тем учебной дисциплины	10	50

4	Подготовка реферата Тема на выбор студента: 1. Физическое воспитание как социальное явление. 2. Формирование личности в процессе физического воспитания. 3. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания личности: умственным, нравственным, эстетическим, трудовым (по выбору студента).	Написание реферата	10	4-
5.	Работа в Интернет	Подбор литературы для углубленного изучения лекционного материала самостоятельно.	20	50
6	Подготовка к экзамену по , материалом семинарских занятий дисциплине	Самостоятельная работа с лекционным материалом	10	20-
Итого:			73	148-

4.6. Самостоятельная работа студентов 3-й курс

№ п/п	Название раздела / темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			ОФО	ЗФО
1	Подготовка семинарских занятий	Подготовка материала для выступления и обсуждения на практических (семинарских) занятиях	10	20
2	Самостоятельная работа с учебно-методическими пособиями в соответствии со списком обязательной литературы	Изучение отдельных тем учебной дисциплины	10	10
3	Проведение педагогического анализа урока физической культуры, хронометрирования и пульсометрии	Выполнение расчетов, написание письменного общего педагогического анализа, который был проведен на практическом занятии с его последующей устной защитой.	10	10
4	Анализ документов планирования работы по физической культуре в школе	Домашняя работа	6	10
5	Подготовка реферата на одну из тем: 1. Характеристика физического воспитания взрослого населения. 2. Профессионально-прикладная подготовка. 3. Физическое воспитание в вооруженных силах.	Предоставление реферата	5	10
6	Работа в Интернет	Обзор и знакомство с педагогическим опытом	30	40
		учителей физической культуры посредством просмотра видеоматериалов и методических разработок		
7	Подготовка к экзамену по учебной дисциплине	Работа с лекционным и дополнительным материалом	10	16
Итого:			81	116

4.6. Самостоятельная работа студентов 4-й курс

№ п/п	Название темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			ОФО	ЗФО
1	Подготовка к семинарским занятиям	Подготовка материала для обсуждения и выступления на семинарских занятиях	5	10
2	Подготовка презентаций для выступления на семинарских занятиях на тему: Принципы обучения в физическом воспитании	Представление презентаций	5	2
3	Самостоятельная работа с учебно-методическими пособиями в соответствии со списком обязательной литературы	Изучение отдельных тем учебной дисциплины	10	30
4	Подготовка реферата Тема на выбор студента: Физическое воспитание как социальное явление. 5. Формирование личности в процессе физического воспитания. 6. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания личности: умственным, нравственным, эстетическим, трудовым (по выбору студента).	Написание реферата	5	10
5.	Работа в Интернет	Подбор литературы для углубленного изучения лекционного материала самостоятельно.	15	30
6	Подготовка к срезу знаний по дисциплине	Самостоятельная работа с лекционным материалом	5	10
Итого:			45	92

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков у студентов по теории и методике физического воспитания на лекционных и практических занятиях используются следующие инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной

работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Мультимедийные технологии при проведении лекционных занятий, выполнении и презентации домашней и самостоятельной работы студентов.

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект, размещенный во внутренней сети или т.п.) при подготовке к лекциям, практическим и лабораторным занятиям.

Работа в команде: совместная работа студентов в группе при проведении семинарских занятий, выполнении групповых домашних заданий по разделу.

Технология реализации теории поэтапного формирования умственных действий – в процессе формирования когнитивного компонента усвоения теории и методики физической культуры;

Технология проблемного обучения – при проведении лекционных занятий;

Технология использования в обучении игровых методов – при проведении семинарских занятий (развивающие и ролевые игры в формировании профессиональных умений и навыков).

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим семинарские / практические занятия по дисциплине в различных формах: устные ответы на семинарских занятиях, выполнение заданий на практических занятиях, контроль самостоятельной работы.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного экзамена (включает в себя ответы на теоретические вопросы).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

А) основная литература:

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : Общ.основы теории и методики физ.воспитания; теорет.-метод. аспекты спорта и проф.-прикл. форм физ. культуры : Учеб. для ин-тов физ культуры / Л.П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 542 с.

2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Л.П. Матвеев. – 6-е изд. – М. : Спорт, 2019. – 342 с.

3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник

для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л.П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Издательство «Спорт», 2021. – 520 с.

4. Ротерс Т.Т. Курс лекций по теории и методике физического воспитания. – Часть 1. Общая теория физического воспитания. – Луганск: Альма-матер, 2003. – С. 6–23.

5. Ротерс Т.Т. Опорные конспекты курса лекций по теории и методике физического воспитания / Т.Т. Ротерс. – Часть 2. Методика физического воспитания различных групп населения. – Луганск: Знание, 2005. – 112 с.

6. Ротерс Т.Т. Опорные конспекты курса лекций по теории и методике физического воспитания / Т.Т. Ротерс. – Часть 3. Спорт и спортивная подготовка. – Луганск: Знание, 2006. – 72 с.

Б) дополнительная литература:

1. Андросова А.П. Теория и методика физической культуры (физического воспитания) : самостоятельная работа студента : учебное пособие / А.П. Андросова. – Луганск : Книта, 2018. – 87 с.

2. Физическая культура и спорт в современных профессиях : учебное пособие / А.Э. Буров, И.А. Лакейкина, М.Х. Бегметова, С.В. Небрatenko. – Саратов : Вузовское образование, 2022. – 261 с.

3. Виноградов П.А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству / П.А. Виноградов, А.В. Царик, Ю.В. Окуньков. – М. : Спорт, 2016. – 234 с.

4. Дисько Е.Н. Основы теории и методики спортивной тренировки : учеб. пособие / Е.Н. Дисько, Е.М. Якуш. – Минск : РИПО, 2018. – 250 с.

5. Мухина М.П. Педагогическая система физического воспитания детей дошкольного возраста / М.П. Мухина. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2017. – 154 с.

6. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. – М. : Спорт, 2019. – С. 268–515.

7. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич; В 2 т. К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

Т. 1 : Общие основы теории и методики физического воспитания, 2003. – 424 с.

8. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т.Ю. Круцевич; В 2 т. К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

Т. 2 : Методика физического воспитания различных групп населения, 2003. – 392 с.

9. Царик А.В. Справочник работника физической культуры и спорта / А.В. Царик. – М. : Спорт, 2018. – 1144 с.

10. Черноштан А.Г. Теория и методика физической культуры : сб. тестовых заданий / А.Г. Черноштан; Луган. нац. ун-т им. Тараса Шевченко. – Луганск : Книта, 2018. – 116 с.

в) Интернет-ресурсы:

1. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907225008>. html – ISBN

- 978-5-907225-00-8 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
2. <https://www.iprbookshop.ru/104667>. html – ISBN 978-5-907225-59-6. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. – URL: (дата – ISBN 978-5-4487-0807-7. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. – URL: (дата обращения: 25.01.2022). : 25.01.2022).
3. <https://www.iprbookshop.ru/116615>. html – ISBN 978-5-4487-0807-7. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. – URL: (дата обращения: 25.01.2022). – ISBN 978-5-4487-0807-7. – Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. – URL: (дата обращения: 25.01.2022).
4. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839794>. html – ISBN 978-5-906839-79-4 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
5. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789855038024>. html – ISBN 978-985-503-802-4 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
6. http://www.studentlibrary.ru/book/sibgufk_035. html – ISBN -- – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
7. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336>. html – ISBN 978-5-9500183-3-6 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
8. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018336>. html – ISBN 978-5-9500183-3-6 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.
9. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950017964>. html – ISBN 978-5-9500179-6-4 – Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента» : [сайт]. – URL :– Режим доступа : по подписке.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные занятия: мультимедийные средства, комплект электронных презентаций, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер).

Практические занятия: компьютерный класс, презентационная техника (проектор, экран, компьютер).

Рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

9. Лист дополнений и изменений

[illegible]